



# Março: Combate às síndromes gripais e Covid-19

## Description

Reforce a proteção contra a gripe e a Covid-19

Febre, dor de garganta, tosse, dor no corpo e/ou dor de cabeça?  
Pode ser gripe. Pode ser Covid-19.

Qualquer que seja o vírus, adoeceu, o importante é se cuidar para o quadro não piorar.

O período de chuvas na região, conhecido popularmente como inverno amazônico, é propício para a circulação intensa de vírus (Influenza e seus subtipos, os adenovírus, os rinovírus e o coronavírus), contribuindo para o aumento de casos de síndromes gripais e um maior número de usuários nos serviços de saúde.

Por isso, a Prefeitura de Manaus alerta para a importância da atenção aos sintomas gripais.

Neste período, recomenda-se de que as pessoas mais vulneráveis, como idosos a partir dos 70 anos e imunossuprimidos, se protejam, fazendo uso de máscaras nos lugares públicos.

Importante saber: 50 Unidades Básicas de Saúde do município estão oferecendo testagem rápida de antígeno. Os endereços e horários de atendimento podem ser

acessados por este link: [bit.ly/ubscovidmanaus](https://bit.ly/ubscovidmanaus).

Além dos testes, as equipes de atendimento das UBSs estão preparadas para fornecer orientação e tratamento aos usuários, para evitar agravamentos.

A vacinação contra a Covid-19 é uma das armas mais eficazes contra o vírus. O imunizante está sendo ofertado em 75 unidades de saúde, que funcionam em horário regular, outras em horário estendido. Os endereços estão disponíveis no link: [bit.ly/localvacinacovid19](https://bit.ly/localvacinacovid19).

Além da vacinação, outras medidas preventivas também são armas eficazes para reduzir a circulação de doenças respiratórias, como:

- Lavar as mãos com água e sabão e usar álcool em gel;
- Cobrir o nariz e boca com a parte interna do braço ao espirrar ou tossir;
- Evitar tocar mucosas de olhos, nariz e boca;
- Não compartilhar objetos de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas;
- Manter os ambientes bem ventilados;
- Evitar contato próximo com pessoas que apresentem sinais ou sintomas de gripe;
- Evitar sair de casa em período de transmissão da doença;
- Adotar hábitos saudáveis, como alimentação balanceada e boa ingestão de líquidos.

Os vírus estão por aí. Então, os cuidados contra a Covid-19 e outras síndromes gripais não podem parar.

Proteja-se!

### Date Created

28 de março de 2023