

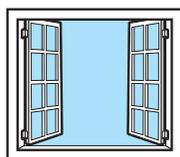
# Gripe A, da prevenção à cura

## Como faço para evitar a gripe?

O principal meio de contágio é o contato com pessoas que têm a doença. Assim como na gripe comum, o vírus passa pela tosse, saliva e espirro.



**Mantenha hábitos saudáveis:** coma bem, durma bem e faça exercícios.



**Melhore a circulação de ar** abrindo as janelas.



**Evite chegar a menos de um metro** de quem possa estar contaminado.



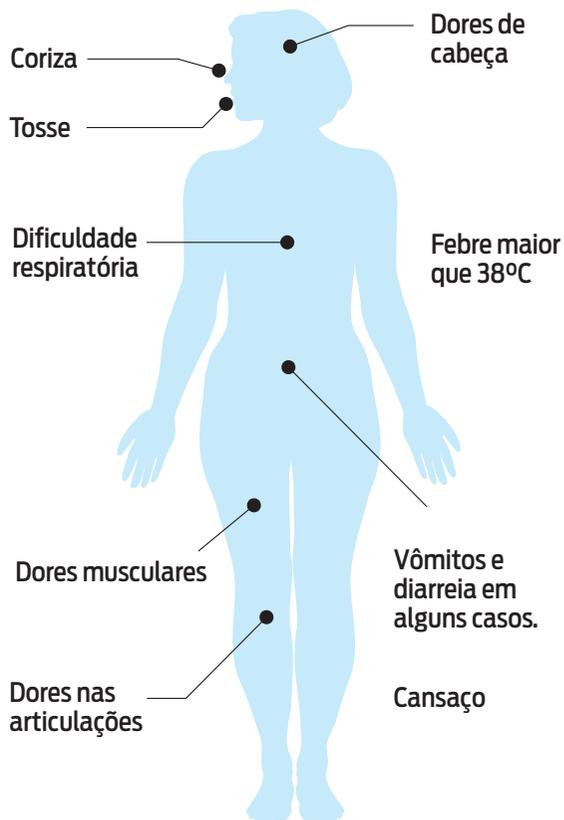
Evite ficar por muito tempo em locais com grande aglomeração de pessoas.



**A máscara** só é recomendada para pessoas que apresentam sintomas, vão viajar para áreas de risco ou tenham contato constante com estrangeiros. A máscara é descartável e deve ser trocada de três em três horas.

## Quais são os sintomas?

A maior parte deles é parecida com os da gripe comum. Não é preciso apresentar todos eles para ter a doença.



### O ciclo da doença

O período de Contágio é de 1 dia antes de iniciarem os sintomas até 7 dias depois.



## E se eu tiver sintomas?

Procure seu médico ou o serviço de saúde. O Ministério da Saúde escolheu 68 hospitais de referência no país. Em Curitiba, oito postos de saúde foram preparados para receber pacientes. Veja quais são:

### Hospitais de referência no Paraná

#### CURITIBA

- Hospital de Clínicas da UFPR  
R. General Carneiro, 181 – (41) 3360-1800/1805
- Hospital do Trabalhador  
Av. República Argentina, 4.406 – (41) 3212-5709/5710

#### FOZ DO IGUAÇU

- Hospital Ministro Costa Cavalcanti  
Av. Gramado, 580 – Vila A – (45) 3576-8082/8060/8000

#### LONDRINA

- Hospital Universitário da UEL  
Av. Robert Koch, 60 – (43) 3371-2229

### Postos de saúde em Curitiba

- Boa Vista – Av. Monteiro Tourinho, 478 – (41) 3257-9329/3357-4624
- Boqueirão – R. Maria Assumpção, 2.590 – (41) 3217-1801
- Cajuru – R. Eng. Benedito Mário da Silva, esq. Ceilão – (41) 3226-4069
- CIC – R. Senador Accioly Fº, 3.370 – (41) 3314-5109
- Fazendinha – R. Carlos Klemetz, ao lado da RC – (41) 3576-1974
- Pinheirinho – R. Leon Nicolas, esq Av. W. Churchill – (41) 3212-1472
- Sítio Cercado – R. Levy Buquera, 158 – (41) 3379-2051
- Campo Comprido – R. Monsenhor Ivo Zanlorenzi, 3.495 – (41) 3373-1332

## Como é o tratamento?

Apenas os pacientes com agravamento do estado de saúde nas primeiras 48 horas, desde o início dos sintomas, e as pessoas com maior risco de apresentar quadro clínico grave serão medicadas com o Tamiflu. Os demais terão os sintomas tratados, de acordo com indicação médica. O objetivo é evitar o uso desnecessário e uma possível resistência ao medicamento, assim como já foi registrado em alguns países.

## A cura é provável?

Sim. Assim como na gripe comum, o índice de letalidade da gripe suína tem sido baixo. Em ambos os casos, o total de pessoas que morrem após contraírem o vírus em todo o mundo é, em média, de 0,5%.

## TIRE SUAS DÚVIDAS 0800 61 1997

O Disque Saúde, do Ministério da Saúde, atende de segunda a sexta das 7 às 19 horas. Uma gravação com informações sobre a gripe está disponível 24 horas.

Este infográfico está disponível para impressão no site da Gazeta do Povo, em [www.gazetadopovo.com.br](http://www.gazetadopovo.com.br)

