

# A prevenção é o melhor remédio



## Gripe A

Já sabe como agir para prevenir a Gripe A? Antes de começar a ter sintomas gripais como tosse, febre ou mal-estar geral, tome medidas face à Gripe A. Siga estas recomendações simples.



Quando espirrar ou tossir, tape a boca e o nariz com um lenço de papel e coloque o lenço usado no lixo.



Lave as mãos frequentemente com água e sabão.



Utilize os serviços de saúde de um modo responsável.

Se desejar obter mais informações, consulte [www.informaciongripea.es](http://www.informaciongripea.es)