



Gripe, COVID-19 e RSV: O que precisa de saber

Os idosos e as pessoas com o sistema imunitário mais debilitado enfrentam o risco de ficarem gravemente doentes em consequência da gripe, da COVID-19 e da infeção pelo vírus sincicial respiratório (RSV). As crianças pequenas também podem ficar gravemente doentes em consequência da infeção pelo RSV.

Proteja-se a si e aos outros, pois passamos mais tempo juntos em ambientes fechados:

- Vacine-se. Existem vacinas quer para a COVID-19, quer para a gripe. Não existe nenhuma vacina contra o RSV.
- Fique em casa quando estiver doente.
- Se possível, evite o contacto com pessoas que estejam doentes.
- Se cuida de alguém que está doente, utilize máscara e lave as mãos frequentemente.
- Mantenha as mãos afastadas do seu rosto e do rosto dos seus filhos.
- Lave as mãos regularmente, durante, pelo menos, 20 segundos.
- Limpe as superfícies que são tocadas muitas vezes, como puxadores de portas e dispositivos eletrónicos.
- Se puder, utilize máscara em ambientes fechados com muita gente e durante o contacto com pessoas com o sistema imunitário mais debilitado.
- Se não puder utilizar máscara, evite ambientes sobrelotados, tanto interiores como ao ar livre.

A gripe, a COVID-19 e a infeção pelo RSV são todas causadas por vírus

Estes vírus podem disseminar-se quando:

- Uma pessoa infetada fala, tosse ou espirra próximo de outras pessoas.
- Alguém toca numa superfície ou objeto no qual existe um destes vírus e, em seguida, toca na boca, nariz ou olhos.

A gripe, a COVID-19 e a infeção pelo RSV podem causar sintomas semelhantes, incluindo:

- Febre
- Tosse
- Dor de garganta
- Corrimento/congestão nasal
- Dores musculares ou no corpo
- Cansaço
- Dor de cabeça
- Vômitos ou diarreia (gripe, mais frequentemente em crianças)
- Perda do paladar ou do olfato (COVID-19)

Acessibilidade do documento: Para indivíduos com incapacidades ou indivíduos que falem outra língua que não inglês, a OHA pode fornecer informação em formatos alternativos, como traduções, impressão de maiores dimensões ou braille. Contacte a Unidade de Comunicações da COVID-19 (COVID-19 Communications Unit) através do número de telefone 1-971-673-2411, 711 TTY ou COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us.