# Sarampo

## RECOMENDAÇÕES PARA NÃO TRANSMITIR A DOENÇA

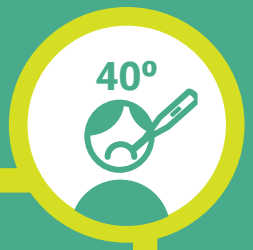
Mais informações, acesse:
prefeitura.sp.gov.br/covisa
saudeprefsp

SUS

covisa
COORDENADORIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE

SEABEVS
Secretaria Executiva Atenção Básica Especialidades e Vigilância em Saúde

PREFEITURA DE SÃO PAULO

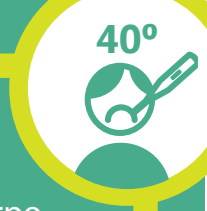



# PARA NÃO TRANSMITIR...

O sarampo é uma doença transmissível que se dissemina facilmente e que pode se agravar levando a complicações, dentre elas: infecções de ouvido e pneumonia. É uma importante causa de mortalidade infantil em países com baixa cobertura vacinal.

A transmissão é direta de pessoa a pessoa, por meio das secreções expelidas pelo doente ao tossir, respirar, falar ou espirrar e que permanecem dispersas no ar, principalmente em ambientes fechados como, por exemplo: escolas, creches, clínicas, meios de transporte e locais de trabalho.

# FIQUE ATENTO:




- Se você apresentar febre, manchas vermelhas no corpo, acompanhados de tosse, coriza ou conjuntivite, podem ser sintomas de sarampo;
- Ao procurar assistência médica, informe os sintomas na recepção da unidade de saúde.  solicite uma máscara;
- Não vá à escola ou ao trabalho;
- Evite aglomerações e ambientes fechados;
- Evite sair de casa até 4 dias após o início do exantema (manchas vermelhas). Se for necessário sair, evitar aglomerados, espaços fechados e usar máscara;
- Lembre-se dos locais frequentados 6 dias antes de apresentar os sintomas e informe a vigilância epidemiológica;
- Evite contato com  gestantes, crianças menores de 6 meses e pessoas em tratamento de câncer ou em uso de altas doses de corticóide;
- Mantenha a caderneta de vacinação atualizada;
- Cubra sempre o nariz e a boca ao tossir ou espirrar (use lenços descartáveis ou proteja com o braço);
- Não compartilhe alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal;
- Lave as mãos com frequência com água e sabão ou utilizar álcool em gel;
- Mantenha uma boa alimentação e hábitos saudáveis.