

GRIPE A (H1N1) AVISO!

A gripe é uma doença contagiosa. Para ajudar a reduzir a disseminação da gripe no local de trabalho, a sua ajuda é fundamental. As acções abaixo devem ser seguidas:

SE MANIFESTAR OS SINTOMAS ABAIXO, NÃO VENHA TRABALHAR

- Calafrios e febre súbita (temperatura superior a 38° C)
- Dores musculares
- Dores de garganta
- Diarreia ou vômitos
- Tosse seca
- Problemas respiratórios
- Cansaço extremo
- Congestão nasal

Se manifestar alguns dos sintomas acima, por favor: fique em casa, informe a sua hierarquia e procure aconselhamento médico (LINHA SAÚDE 24 - TLF. 808 24 24 24). Aguarde entre 7 a 10 dias até estar recuperado para voltar a trabalhar.

Ao sentir-se doente no trabalho, com os sintomas acima, coloque uma máscara cirúrgica, mantenha-se a pelo menos um metro dos seus colegas e aconselhe-se com o gestor da gripe (ver abaixo), se não existir gestor da gripe, informe imediatamente a sua hierarquia.

Se regressou recentemente de viagem, pode estar em risco de gripe. Deve informar o seu gestor de gripe da sua viagem.

Telefone do Gestor de Gripe _____



ecosaúde
porque a vida não pára

www.ecosaude.pt