

# FluFacts

O que você precisa saber

## Reduza suas chances de pegar ou espalhar a gripe:



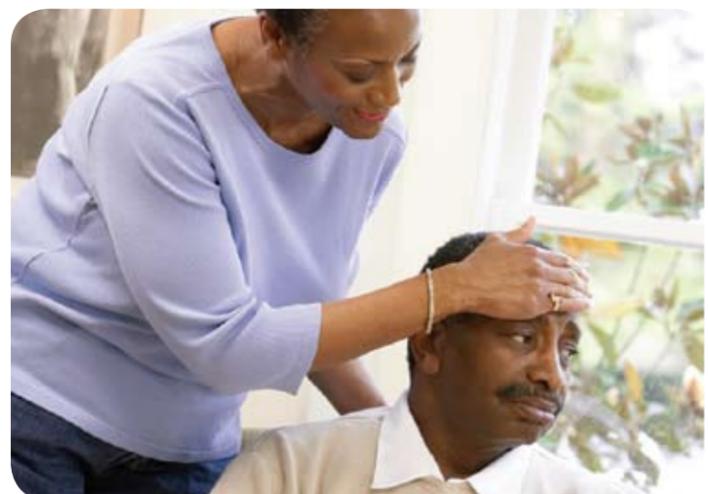
Tome **a vacina da gripe sazonal.**



**Cubra a boca** ao tossir ou espirrar. Use um lenço de papel ou a parte interna do braço, não a mão.



**Lave as mãos frequentemente** com água morna e sabão ou use um gel à base de álcool.



Se estiver gripado, **fique em casa.**

9/10 Portuguese

Para mais informações, confira:

[www.mass.gov/flu](http://www.mass.gov/flu)



Massachusetts Department of Public Health