

# FRANÇÊS

Utilisez des mouchoirs jetables et jetez-le à la poubelle après usage



Toujours couvrir le nez et la bouche lorsque vous tousez ou éternuez



# GRIPPE A H1N1

## LA PRÉVENTION EST ENTRE VOS MAINS

Lavez-vous les mains souvent avec de l'eau et du savon



Évitez les agglomérations et les lieux mal aérés



Évitez de toucher les yeux, le nez et la bouche

Éviter tout contact étroit avec des personnes qui présentent des signes ou des symptômes de grippe

Ne pas partager des objets personnels



PREFEITURA DE  
**SÃO PAULO**  
SAÚDE

# QU'EST-CE QUE LA GRIPPE?

La grippe, également connue au Brésil sous le nom de «influenza», se produit tout au long de l'année, mais plus fréquemment en automne et en hiver, lorsque les températures baissent.

La grippe peut apparaître sous deux formes: le syndrome grippal, le plus fréquent, ou le syndrome respiratoire aigu sévère - SRAS, un tableau avec des signes et des symptômes plus graves, qui peuvent conduire à une hospitalisation.

## Symptômes



**Apparition soudaine de fièvre**



**Toux**



**Maux de gorge**



**Maux de tête**



**Douleurs musculaires ou douleurs articulaires**

**Si vous présentez ces symptômes, rendez-vous à un service de santé**

## SYNDROME GRIPPAL

En plus des symptômes ci-dessus les enfants de moins de 2 ans peuvent également présenter d'autres symptômes tels que toux, écoulement nasal et obstruction nasale.

Les symptômes de la grippe s'améliorent habituellement en une semaine.

La fièvre (température  $\geq 37,8$  °C) diminue 2 à 3 jours suivant l'apparition de la maladie.

La toux, la fatigue et un malaise peuvent persister pendant quelques semaines.

## SYNDROME RESPIRATOIRE AIGU SÉVÈRE (SRAS)

En plus des mêmes symptômes ci-dessus, il y a aussi l'essoufflement et les signes de détresse respiratoire.

Il peut également être caractérisé par une diminution de l'oxygène dans le sang et de la pression artérielle.

## Qui doit être vacciné?

- Les personnes âgées de 60 ou plus;
- Les enfants de moins de cinq ans;
- Les femmes enceintes;
- Les femmes dans la période allant jusqu'à 45 jours après l'accouchement;
- Les populations autochtones;
- Les patients atteints de maladies chroniques (diabète, maladies du cœur, des poumons ou des reins, déficit immunitaire, etc.);
- Les personnes souffrant d'obésité morbide et aussi maladies causées par des troubles de l'hémoglobine tels que l'anémie falciforme.

**Saiba mais:**

[prefeitura.sp.gov.br/saude](http://prefeitura.sp.gov.br/saude)

[f](#) [i](#) [t](#) [v](#) [saudeprefsp](#)



**PREFEITURA DE  
SÃO PAULO**  
SAÚDE