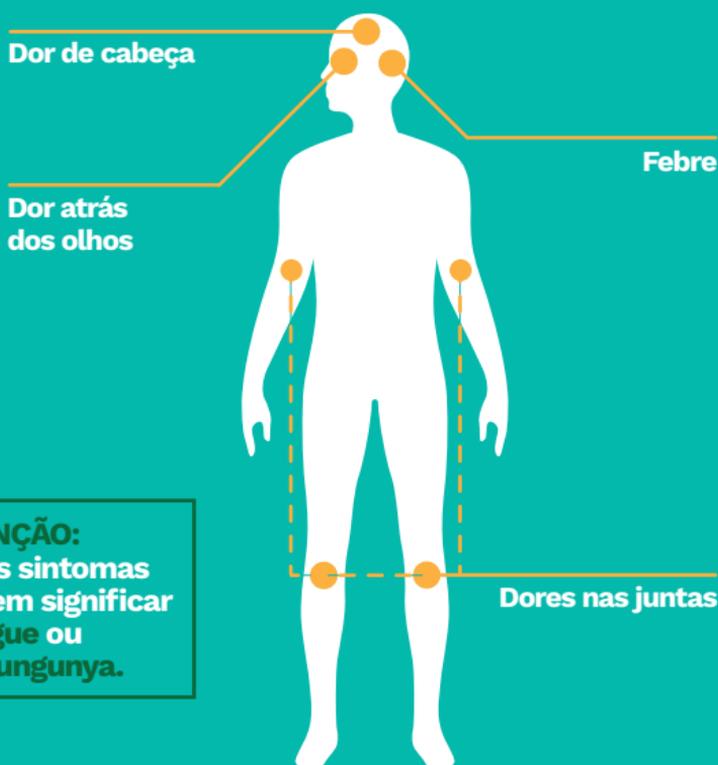


A gente  
**vive**  
A gente  
**cuida**



## FIQUE ATENTO AOS SINTOMAS DA DOENÇA

Preste atenção nos seus familiares e vizinhos. Em caso de dúvida, procure a sua unidade de saúde de referência.  
**NÃO SABE QUAL É? LIGUE PARA 156 E INFORME-SE.**



**ATENÇÃO:**  
estes sintomas  
podem significar  
dengue ou  
chikungunya.

**RECEBA BEM O AGENTE DE SAÚDE.**  
Em caso de dúvida, ligue para 156.



SAIBA MAIS EM  
[ondeestaoedes.com.br](http://ondeestaoedes.com.br)

156 POA SUS



# HIDRATAÇÃO

## Dengue é coisa séria! Orientações para hidratação:



**Se você está com dengue ou sente sintomas de dengue, precisa beber muito líquido para manter o corpo hidratado.**

**Vale tomar água, chá, soro caseiro, suco não adoçado.**

**A quantidade depende do peso da pessoa.**

### **Adultos:**

de 15 a 30 copos de água por dia

\*copo: 200ml

### **Crianças:**

até 5kg – 3 copos e meio

Até 10kg – de 3,5 copos até 7 copos

de 10 a 20 kg - 7 a 10 copos

20kg a 30kg - 10 copos ou mais

30kg a 40kg - 12 copos ou mais

Acima de 40kg - 16 copos ou mais por dia

\*copo: 200ml

### **Receita do soro caseiro:**

Em um litro de água, adicione 1 colher de chá de sal e 2 colheres de sopa de açúcar.

Vá até uma unidade de saúde para atendimento e confirme com o profissional a quantidade de água indicada para seu peso ou do familiar