



## Instruções para pessoas expostas ao sarampo e que não são imunes

Você foi exposto/a a alguém que tem sarampo. Como você não é imune ao sarampo, você pode contrair a doença ou transmiti-la para outras pessoas.

Isto é o que você precisa saber sobre o sarampo:

- O sarampo é **transmitido** por meio de secreções respiratórias e por respirar o mesmo ar que uma pessoa com sarampo.
- O sarampo é **muito contagioso**. As pessoas com sarampo transmitem a doença de quatro dias antes de terem uma erupção cutânea até o quinto dia depois que a erupção começa.
- Os **primeiros sintomas** do sarampo são febre seguida de tosse, nariz escorrendo e olhos vermelhos e lacrimejantes.
- Os **sintomas posteriores** são uma febre mais elevada e erupções no corpo todo.
- O sarampo pode causar **outros problemas de saúde**, inclusive inflamação do ouvido, diarreia, pneumonia, aborto espontâneo, inflamação cerebral e hospitalização. O sarampo pode causar até mesmo morte.

Isto é o que você deve fazer:

- Como as pessoas podem transmitir o sarampo para os outros antes mesmo da erupção começar, **você pode estar no estágio de contágio agora**.
- É muito importante que você **fique em casa e distante de outras pessoas por 21 dias inteiros** depois de ser exposto/a. Esse é o período no qual você pode ficar doente e infectar outras pessoas.
- **Evitar visitantes** por todos os 21 dias depois de você ser exposto/a.
- Nesse período, **não vá** ao shopping ou ao trabalho, escola ou serviços religiosos.
- **Mantenha as crianças em casa** e longe dos outros por 21 dias, inclusive após a exposição:

Data de exposição: \_\_\_\_\_

Data que você pode retomar as atividades normais: \_\_\_\_\_

Se você ficar doente e precisar ir ao médico, **ligue antes** para informar ao consultório médico que você talvez esteja com sarampo, para que eles marquem sua consulta em um horário em que os outros pacientes não sejam expostos (fora do horário comercial, por exemplo). O consultório médico pode pedir que você use uma entrada diferente.

Quando o período de 21 dias passar, converse com seu médico sobre tomar a **vacina de sarampo** para evitar ficar doente no futuro.