

Proteja-se contra os mosquitos



**Os mosquitos podem espalhar a encefalite japonesa.
É uma infecção rara mas grave.**

- > Vista roupa solta e de cor clara com sapatos fechados quando estiver no exterior
- > Evite estar no exterior ao nascer e ao pôr do sol
- > Aplique na pele, repelentes de insetos que contenham DEET, picaridina, ou óleo de eucalipto limão
- > Use inseticidas e espirais anti-mosquitos
- > Cubra janelas e portas com redes contra insetos
- > Retire todos os recipientes com água, no exterior da sua casa, onde os mosquitos se reproduzem

**Se tiver preocupada/o com a sua saúde e precisar de apoio na sua língua,
telefone para o TIS 131 450 e solicite a Health Direct Tel. 1800 022 222**

Proteja-se contra os mosquitos



Os mosquitos podem espalhar a encefalite japonesa. É uma infecção rara mas grave.

- > Vista roupa solta e de cor clara com sapatos fechados quando estiver no exterior
- > Evite estar no exterior ao nascer e ao pôr do sol
- > Aplique na pele, repelentes de insetos que contenham DEET, picaridina, ou óleo de eucalipto limão
- > Use inseticidas e espirais anti-mosquitos
- > Cubra janelas e portas com redes contra insetos
- > Retire todos os recipientes com água, no exterior da sua casa, onde os mosquitos se reproduzem

Se tiver preocupada/o com a sua saúde e precisar de apoio na sua língua, telefone para o TIS 131 450 e solicite a Health Direct Tel. 1800 022 222