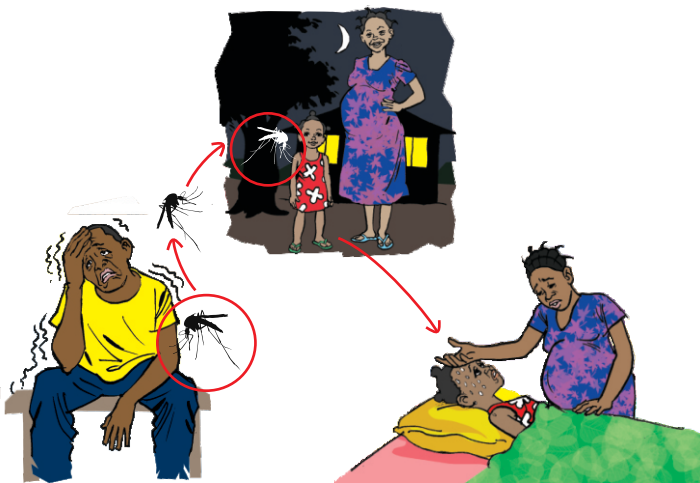


Lembre-se:

A malária apanha-se através da picada do mosquito a noite. Os mosquitos que picam uma pessoa doente com malária e transmitem a doença para outra pessoa através da picada.



A malária, quando não tratada correctamente e imediatamente pode levar a morte.

Os principais sinais da malária são: Febre, tremores; dores de cabeça, cansaço fácil, dores nas articulações, vómitos e diarreia.

Quando tiver um destes sinais, vai imediatamente ao Agente Polivalente Elementar (APE) da comunidade ou a Unidade Sanitária mais próxima para fazer um teste de malária e receber cuidados.

As 4 acções para a sua família estar livre da malária:

1. Todas as pessoas devem dormir de baixo da rede mosquiteira para evitar a picada do mosquito que transmite a malária.
2. Quando uma pessoa sente qualquer sinal da malária, deve ir ao APE ou à Unidade Sanitária para receber cuidados.
3. Eliminar as águas paradas aonde os mosquitos podem se reproduzir.
4. Ajudar os pais e vizinhos para permitir a pulverização das casas sempre que houver campanha

Debaixo da rede é saúde, fora da rede é malária.

As redes são totalmente saudáveis para todos e foram aprovados pelo Ministério da Saúde e nunca causam qualquer doença.



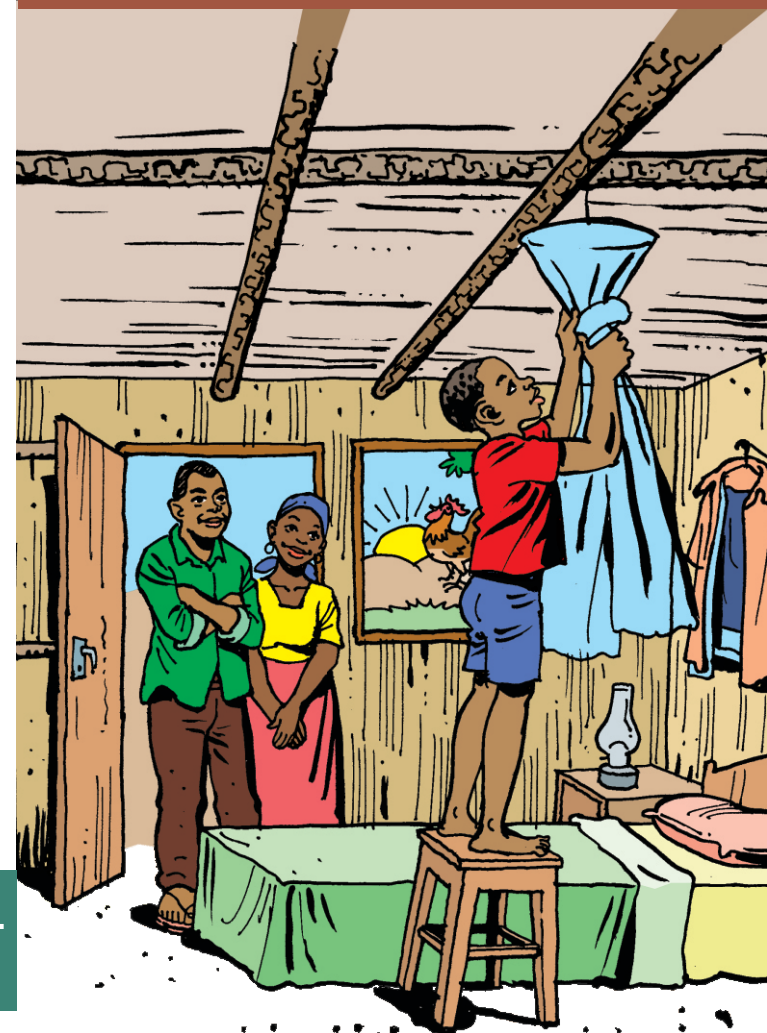
REPÚBLICA DE MOÇAMBIQUE
Ministério da Saúde
Programa Nacional de Controlo a Malária



Sociedade Civil Contra a Malária

A rede mosquiteira é minha companheira todas as noites

Por isso cuido bem dela!



Nome do Aluno:.....
Classe:.....
Escola:.....

A rede mosquiteira é minha companheira todas as noites

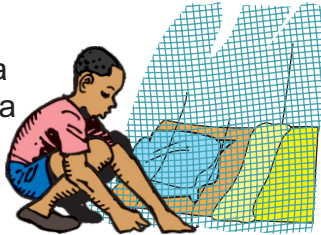
Aqui está a minha receita para cuidar bem dela

Cada dia, eu:

✓ Mantenho a minha rede pendurada em cima da cama ou da esteira



✓ Dobro bem debaixo do colchão ou da esteira antes de adormecer para assegurar que nenhum mosquito entre



✓ Ao acordar, dobro e arrumo-a para que ela não suje ou rasgue-se



Cada mês, eu:

✓ Verifico o bom estado da minha rede. Se a rede estiver furada, devo cozer imediatamente



Cada 3 meses, eu:

✓ Lavo apenas com água e sabão simples (mainato) uma vez de 3 em 3 meses



✓ Lavo sempre na bacia e NUNCA no rio

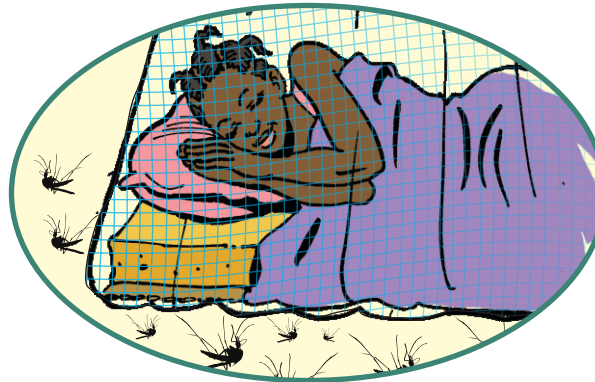
✓ Penduro a rede para secar na sombra e nunca no sol



Tenho bons sonhos só com rede!

5 Vantagens em dormir debaixo da rede mosquiteira

1. Dormir debaixo da rede todas as noites, durante todo o ano, é a melhor forma de ficar livre da malária



2. A rede mosquiteira é segura **durante pelo menos 3 anos** para afugentar e matar os mosquitos que tocam nela



3. Note-se que o tratamento da malária é gratuito



4. Não perco aulas por estar doente com malária



5. A rede mosquiteira dá um bom sono e sossegado para que acorde bem-disposto para aprender ainda mais na escola