

# Viaje com saúde

HEADING

→ HOME

HEALTHY

## Viaje com saúde

Viaje com saúde (Heading Home Healthy) é um programa gratuito promovido pelo Hospital Geral de Massachusetts e pelos Centros de Prevenção e Controle de Doenças.

Nosso objetivo é ajudar os viajantes a protegerem sua saúde em viagens para visitar amigos e parentes.



## Proteja sua saúde ao viajar

- ✓ Consulte seu fornecedor de plano de saúde de 4 a 6 semanas antes da sua viagem.
- ✓ Evite picadas de mosquitos e outros insetos.
- ✓ Fique a uma distância segura de animais
- ✓ Tenha cuidado em estradas internacionais
- ✓ Lave as mãos com sabão e água frequentemente e use um antisséptico de mãos conforme necessário.



### Heading Home Healthy

The Massachusetts General Hospital  
55 Fruit Street, Jackson 520  
Boston, MA 02114  
[globaltravepinet@mgh.harvard.edu](mailto:globaltravepinet@mgh.harvard.edu)

## Portal de Informações Rápidas sobre Saúde para Viajantes (TRhIP)

Ferramenta gratuita e fácil de usar na Web que oferece conselhos de saúde personalizados para uma viagem segura com base na SUA idade e nos seus destinos de viagem.



Disponível em 11 idiomas!



Visite o nosso site

[www.headinghomehealthy.org](http://www.headinghomehealthy.org)

