Dor de Garganta

Você foi atendido hoje por **dor de garganta causada por vírus.** É o tipo mais comum e costuma melhorar em 3 a 7 dias. Não é causada por bactéria, então **antibiótico não ajuda**. Siga as orientações abaixo com atenção.

O Que Você Pode Sentir

- **Dor ao engolir** e garganta vermelha
- **Febre baixa**, tosse, coriza e nariz entupido
- **Mal-estar leve** e rouquidão



Como Tratar em Casa?

- Use os **medicamentos prescritos para dor e febre** conforme orientação médica e **hidrate-se bem**
- Faça **gargarejo com água morna e sal** (1 copo + ½ colher de chá de sal) para aliviar a dor
- Prefira **alimentos macios e mornos.** Evite bebidas muito geladas ou muito quentes e alimentos irritantes
- **Descanse a voz**, evite cigarro e ambientes secos — use umidificador se possível

Quando Retornar ou Procurar Ajuda URGENTE

- Febre alta persistente
- Dificuldade para engolir saliva
- Dificuldade para abrir a boca (trismo)
- Dor forte apenas de um lado da garganta
- Salivação excessiva
- Falta de ar
- Piora importante mesmo com medicação

⚠️ Esses sinais podem indicar uma **complicação** que precisa de avaliação urgente.

Contágio e Recuperação

A infecção é transmissível por gotículas e contato. Evite compartilhar copos e talheres, lave as mãos com frequência e evite ficar muito próximo de outras pessoas nos primeiros dias.

Lembre-se: A melhora começa entre 48–72 horas e pode levar até 7 dias para desaparecer completamente. Não é necessário antibiótico — o organismo se recupera sozinho!

APSmais
O apoio inteligente da Atenção Primária