

Vida saudável



tosse? beba água!

A tosse incomoda muito! Mas será que a melhor saída é tomar xarope? A otorrinolaringologista do Hospital Samaritano (SP), Eliézia Alvarenga, explica: "Ele é indicado para casos de tosse irritativa (seca), contudo deve ser prescrito por um médico. E como, muitas vezes, é um sinal de alerta, precisa-se investigar". Isso porque pode ser indicativo de algo mais grave, como uma pneumonia, e o xarope só irá mascará-la. Assim, se estiver com esse sintoma, beba bastante líquido para a secreção ficar mais fluida, faça inalação, repouso vocal e agende a sua consulta!

Se estiver
com tosse, beba
muita água!

