

Conselho a meus filhos.

A gripe Hespanhola está reinando epidemicamente em Santos e São Paulo ; provavelmente fará o seu apparecimento em Campinas.

Será prudente não se retirarem do lugar em que se acham. Deverão ter suas moradias limpas e desinfectadas.

Não será necessario o uso de preservativos, não devendo sahir de seus habitos, dormindo as horas certas e alimentando-se com moderação.

Logo que algum esteja affectado pelo mal , deverá recolher-se á cama e chamar logo o medico e medicar-se.

Não deverá imprecionar-se, procurando manter-se com toda a calma.

Na convalescença não deverá sahir de casa e evitar excessos.

A molestia ,na maioria dos casos é benigna e de curto periodo.

O alarme só trará prejuizo.

Portanto, calma e muita calma.

Santos, 25 de Outubro de 1918.

Luciano Pupo Nogueira.