



Vacúnese

La gripe, o "flu" puede causar enfermedades serias. Vacunarse es la mejor manera de protegerse usted y su familia.



Cúbrase al toser o estornudar

Cubra su boca y nariz con su manga o con un pañuelo desechable cuando usted tose o estornude. Tire su pañuelo desechable en la basura y lávese las manos.

¿Que hace Usted para PREVENIR la GRIPE?



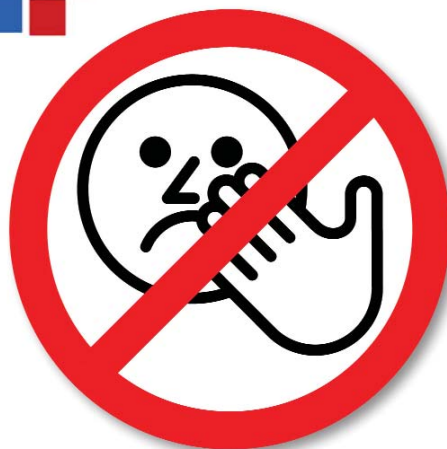
Lávese las manos

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón o use un desinfectante para las manos a base de alcohol.



Quédese en la casa si está enfermo

El virus de la gripe va a donde usted va cuando está infectado. Quédese en casa y hable con su médico cuando lo necesite.



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca

Si usted toca alguna superficie que se ha contagiado con el virus de la gripe, usted puede infectarse al tocarse los ojos, la nariz, o la boca.

