

¡Lucha contra la gripe, **está en tus manos!**

FloridaHealth.gov

Obtenga su vacuna contra la gripe: el primer y más importante paso para combatir la gripe.



Lávese las manos con jabón y agua.
Si no tiene jabón y agua, use un desinfectante de
manos a base de alcohol.



Limpie y desinfecte superficies
que se tocan con frecuencia.



Quédese en la casa cuando esté enfermo y
mantenga los niños en la casa cuando
estén enfermos.

Cubrase la boca y nariz con un pañuelo de papel
cuando tosa o estornude. Si no tiene pañuelo de papel,
tosa o estornude dentro de la curva de su brazo o
codo, no en las manos.



Trate de no
tocarse la
cara antes
de lavarse
las manos.



No toque o apriete
las manos de
personas que
están enfermas.

