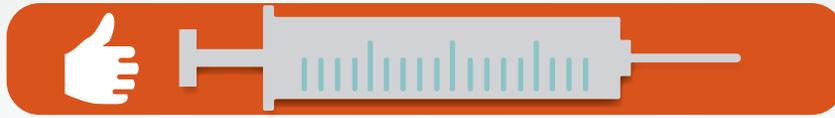


¡Lucha contra la gripe, **está en tus manos!**

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.

