

Combate Contra La Gripe!

Proteger contra el nuevo virus de influenza H1N1 (influenza porcina) que esta en nuestra comunidad, con los siguientes pasos:



Lave se las manos frecuentemente con jabón y agua.



Use ante-bacterial para las manos si acaso no tiene jabón y agua disponible.



Por favor quédese en su caso si esta enfermo. No lleve a sus niños a la escuela o guardería si tiene fiebre.



Cubra su tos o si estornuda, use un kleenex o estornude sobre la manga de su camisa, no en sus manos.



Deseche el kleenex sucio en un basurero, lave se sus manos cuando tose o estornuda.



Evite de tocar sus ojos, nariz y boca.



Limpiar las áreas comunes como las agarraderas de las puertas, las llaves de lava manos, telefonés y las agarraderas de los caritos del mandado.



Obtenga sus vacunas para la influenza, incluyendo la vacuna para H1N1 cuando estén disponibles.



Usted debía de usar una mascara de cirugía, durante la pandemia del influenza si...

- usted esta enfermo con la influenza y si esta entre 6 pies de otra persona.
- usted vive con un persona que tiene síntomas de influenza.