

# Como Prevenir la Influenza

## VACUNATE



EXISTEN VARIAS OPCIONES DE VACUNAS CONTRA LA GRIPE Y SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA PUEDE RECOMENDARLE UNA QUE SEA ADECUADA

## LAVA TUS MANOS



LAVARSE LAS MANOS CON FRECUENCIA ES FUNDAMENTAL. EL AGUA Y EL JABÓN COMBATEN LOS GÉRMENES.

## VISITA TU DOCTOR



ASEGÚRESE DE QUE EL NIÑO VISITE A SU MÉDICO REGULARMENTE. LOS MÉDICOS PUEDEN AYUDARLE A CONTROLAR SU SALUD Y ACONSEJARLE SOBRE CÓMO MANTENERSE FUERTE Y SANO.

## EVITA EXPONERTE



ES MEJOR MANTENER LA DISTANCIA SI ALGUIEN ESTÁ ENFERMO. LOS GÉRMENES DE LAS PERSONAS ENFERMAS PUEDEN PROPAGARSE POR EL AIRE AL TOSER O ESTORNUDAR.



787-765-2929 ext. 3567

flu@salud.pr.gov

www.salud.pr.gov