

# ¡NO LO TRANSMITA!

AYUDE A DETENER LA TRANSMISIÓN  
DE MICROBIOS QUE PUEDEN CAUSAR  
RESFRIADOS, GRIPES Y OTRAS  
ENFERMEDADES RESPIRATORIAS.

Siempre que vaya al médico o a un hospital, avísele al recepcionista de inmediato si tiene síntomas de la gripe (tos, fiebre, dificultad para respirar y/o dolores musculares).

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo de papel siempre que tosa o estornude.
- Tire los pañuelos de papel usados en el basurero.
- Lávese las manos con agua caliente y jabón o use un antiséptico de manos en gel.

Si tiene una infección respiratoria, su médico puede sugerir que use una mascarilla para cubrirse la boca y la nariz y así no transmitir los microbios.