



# PREVENIR RESFRÍOS E INFLUENZA

Bebido al elevado riesgo de enfermedades respiratorias, gastrointestinales e influenza en esta época del año, les pedimos que tomen precauciones para prevenir la propagación de gérmenes.

**1**

## LAVAR

Lavarse las manos con jabón y agua tibia por lo menos 20 segundos.

**2**

## CUBRIR

Al toser o estornudar, cubrir la boca y nariz con el codo o pañuelo suave de papel.

**3**

## NO TOCAR

No tocar los ojos, la nariz y la boca.

**4**

## EVITAR

Por favor, quédese en casa y evite asistir a la escuela o trabajo si no se siente bien.