

The Flu y su Familia



1 Enseñe a sus hijos buenos hábitos de higiene- ¡todos los días!

Debe cubrirse con el codo o con una toalla desechable al toser o estornudar.

Use buenos hábitos para lavarse las manos y descanse todos los días.

Padres, ustedes son el mejor modelo para sus niños, cuídense los unos o los otros – ¡practiquen juntos buenos hábitos de higiene todos los días!

2 Deje a los niños en casa cuando están enfermos

Cuando un niño va a la escuela enfermo puede infectar a otros compañeros de clase tan rápido que el índice de contagio es alarmante.

Los niños enfermos se deben quedar en casa hasta que ya no tengan fiebre- por lo menos 24 horas de haber tomado medicamentos para la fiebre.

Hable con su doctor si los síntomas empeoran o si el niño tiene otras condiciones de salud que lo puedan poner a riesgo de complicaciones severas por la Gripe.

3 Considere ponerse la vacuna durante la temporada de Gripe

La vacuna funciona mejor para detener la propagación de la Gripe ya que cuando todo el mundo se vacuna los gérmenes no tienen un lugar a donde ir.

Al vacunarse se protege usted y a aquellos a su alrededor que tengan alto riesgo de complicaciones por la Gripe (mujeres embarazadas, aquellos con asma, diabetes, condiciones respiratorias y del corazón).

¿Sabía usted que puede propagar enfermedades aun cuando no se sienta enfermo?

¡Juntos podemos EVITAR el contagio!

Para más información y sitios de vacunación llame al (602) 372-3996

