

La influenza estacional y el virus H1N1 pueden transmitir rápidamente. ¡La prevención es la llave! Las acciones simples pueden prevenir el contagio de la enfermedad.

*Esta temporada de influenza será ocupada.
¿Está preparada usted y su familia?*

PREVENGA ENFERMEDAD

- Tome una vacuna contra la influenza cada año.
- Lave muy bien sus manos con jabón y agua y use los desinfectantes para manos con frecuencia.
- Lave sus manos antes de tocar sus ojos, nariz y boca.

PREVENGA CONTAGIO

- Quédese en casa cuando tenga síntomas como las que vienen con la influenza.
- Use su codo en vez de la mano cuando necesite estornudar o toser.
- No comparta artículos personales como cepillos de dientes, vasos de beber o toallas.



DCHHS
Safe families, healthy lives.

Este mensaje traído a usted por:

Dallas County Health and Human Services

214-819-2100 | www.dallascounty.org