



Gripe H1N1: Pasos para prevenir la transmisión

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo al toser o estornudar. Deseche el pañuelo después de usarlo.
- Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón, especialmente si tosió o estornudó. Los desinfectantes para manos a base de alcohol también son eficaces.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca. Es así como se propagan los gérmenes.
- Se cree que la influenza se contagia principalmente de persona a persona a través de la tos o de los estornudos de las personas infectadas.
- Si contrae la enfermedad, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) recomiendan que permanezca en su hogar y no concurra a su lugar de trabajo o escuela, y que evite estar en contacto con otras personas para no contagiarlas.

La gripe H1N1 no se contrae al comer carne de cerdo, pero, como es habitual, cocine bien la carne de cerdo para evitar otras enfermedades provocadas por el consumo de carne mal cocida.



Gripe H1N1: Pasos para prevenir la transmisión

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo al toser o estornudar. Deseche el pañuelo después de usarlo.
- Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón, especialmente si tosió o estornudó. Los desinfectantes para manos a base de alcohol también son eficaces.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca. Es así como se propagan los gérmenes.
- Se cree que la influenza se contagia principalmente de persona a persona a través de la tos o de los estornudos de las personas infectadas.
- Si contrae la enfermedad, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) recomiendan que permanezca en su hogar y no concurra a su lugar de trabajo o escuela, y que evite estar en contacto con otras personas para no contagiarlas.

La gripe H1N1 no se contrae al comer carne de cerdo, pero, como es habitual, cocine bien la carne de cerdo para evitar otras enfermedades provocadas por el consumo de carne mal cocida.



Gripe H1N1: Pasos para prevenir la transmisión

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo al toser o estornudar. Deseche el pañuelo después de usarlo.
- Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón, especialmente si tosió o estornudó. Los desinfectantes para manos a base de alcohol también son eficaces.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca. Es así como se propagan los gérmenes.
- Se cree que la influenza se contagia principalmente de persona a persona a través de la tos o de los estornudos de las personas infectadas.
- Si contrae la enfermedad, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) recomiendan que permanezca en su hogar y no concurra a su lugar de trabajo o escuela, y que evite estar en contacto con otras personas para no contagiarlas.

La gripe H1N1 no se contrae al comer carne de cerdo, pero, como es habitual, cocine bien la carne de cerdo para evitar otras enfermedades provocadas por el consumo de carne mal cocida.