

el
virus influenza
A(H1N1)
nos toca a todos,
combatirlo
también!!!



¿Cómo prevenir el contagio?



Lávese las manos con frecuencia

Use agua corriente y jabón, restriéguelas muy bien, enjuáguelas completamente y séquelas con una toalla limpia.

Aprenda a toser y estornudar

Cúbrase boca y nariz con un pañuelo desechable o con el brazo o la manga. No use las manos, así no infectará los objetos y personas que toque luego.



Mantenga limpios los objetos de uso común

Como manijas de puertas, baños, pasamanos, teléfonos, celulares, botones de los ascensores e interruptores de luz, muebles, y agarraderas del transporte público.

Deje que entren el aire y la luz

A casas, oficinas, colegios, fábricas y demás lugares cerrados.



Si le da gripa, quédese en la casa

Para no esparcir el virus. Guarde reposo, consuma bastantes líquidos y no se automedique. Permanezca y duerma solo en una habitación con las ventanas abiertas y la puerta cerrada.

Para mayor información

llame desde todo el país al 01800 111758 y en Bogotá al 5879030
www.minproteccionsocial.gov.co