



detener la gripe
**está en tus
manos**

**Recuerda
las** **3** **REGLAS**



Lava tus manos

Lava tus manos con jabón y agua tibia después de toser, estornudar o ir al baño.

Cubre tu nariz y boca

Usa un pañuelo cuando tosas o estornudes. Si no tienes un pañuelo, tose o estornuda en la parte superior de tu manga, no en tus manos.



Aíslate

Quédate en casa si tienes gripe. Si tienes fiebre o escalofríos y tos o dolor de garganta, avísale a tu maestro o a la enfermera escolar.

Web: kanehealth.com

