

NUEVA GRIPE

¡Acabemos con los virus!



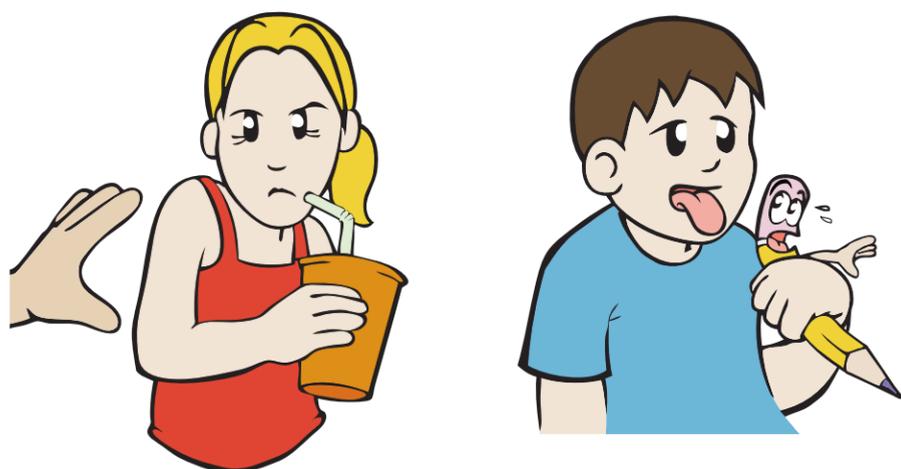
Cuando tosas o estornudes...

- 1** Tápate la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tíralo a la basura.
- 2** Si no encuentras un pañuelo de papel puedes usar la manga de tu camiseta (es mejor que taparse con la mano).



Mantén limpias tus cosas

- 3** No compartas tu comida, vasos, cucharas, cepillo de dientes, toallas...
- 4** Intenta no chupar tus cosas, ni las de los demás (bolígrafos, juguetes...)



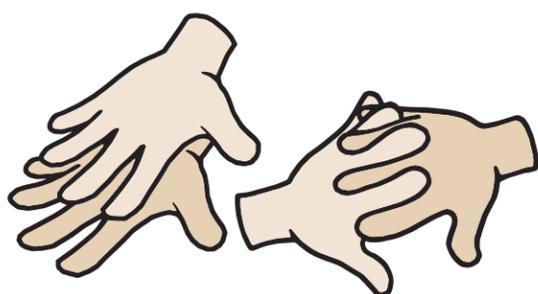
¡No olvides lavarte las manos!

- 5** Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón después de estornudar y toser, y antes de tocarte los ojos, la nariz y la boca. Además, usa papel de secar las manos para cerrar el grifo y abrir la puerta.

¡Por la boca y la nariz salen los virus y viven en las manos!



PASO 1
Usa jabón



PASO 2
Frota energicamente palma, dorso y entre los dedos



PASO 3
Enjuágate bien y sécate con papel



PASO 4
Si es posible, cierra el grifo y abre la puerta del baño con papel