



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, tóse 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.

www.kanehealth.com