

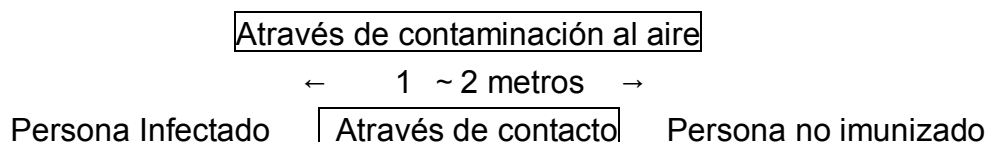
Qué hacer para evitar el contagio de la influenza

(Traducción Provisional)

1. Debe evitar salida innecesaria (en principal donde haya concentración de personas).
2. Lavarse las manos y gargarse en llegar de calle.

La etiquetas al toser

1. Abre una distancia más de 1 metro de su alrededor.
Las gotas de saliva de tos o estornudo pode esparcir por cerca de 2 metros.



Mecanismo de transmisión de la influenza A (H1N1).

-
2. Cubra la boca con un pañuelo desenchable y voltear la cara a un lado
Cubrirse la nariz y la boca con pañuelo desenchable cuando no estiver con máscara. Guardarse una distancia más de 1 metro de las personas y vire su rostro para lado opuesto.
 3. En llegar de calle, haga gárgaras y lávese las manos.
Debe lavarse con agua y jabón por más de 15 segundos y luego en seguida, secar las manos con una toalla limpia o la toalla de papel.
 4. Arrojar los pañuelos utilizados al basurero
 5. Lavarse las manos cubiertos, después de tos o estornudar.
Laves las manos con sumo cuidado, cuando tenga utilizado las manos para cubrir la boca en tos o estornudo.
 6. Ponerse una máscara
Cuando estiver tosindo o estornuando, use la máscara. Todavía más,

estimure uso de las máscaras para otras personas que estiver tosindo, en su familia o en trabajo.