



RECOMENDACIONES CONTRA LA INFLUENZA

- ✓ Vacunación anual de influenza de 6 a 59 meses, adultos mayores de 60 años y más, personal de salud, embarazadas, población de 5 a 59 años considerando el grupo de riesgo: Asma no controlada, VIH, Cáncer, Problemas renales crónicos, Diabetes mellitus y Obesidad mórbida.
- ✓ Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo al toser o estornudar
- ✓ Lavado de manos frecuentemente
- ✓ Abrigarse y evitar cambios bruscos de temperatura.
- ✓ Evitar saludar de beso o mano
- ✓ Mantener la higiene adecuada de los entornos (casas, oficinas, centros de reunión)
- ✓ Ventilar los lugares cerrados
- ✓ Comer frutas y verduras ricas en vitaminas A y B
- ✓ NO automedicarse

HAGAMOS DE SAN LUIS

La Capital de la **Gente**

