

# ¿Cómo prevenir la influenza o gripe?

¡ La salud está en tus manos !

Lava tus manos  
frecuentemente con agua y  
jabón



¡ Evita contagiar a los demás !

Cubre tu boca al toser o  
estornudar con un  
pañuelo desechable...



... ¡ No olvides tirarlo en una funda de plástico !



... o utiliza el ángulo  
interno del codo...

... ¡ Nunca con las manos !



Mayor información: • [www.msp.gov.ec](http://www.msp.gov.ec)  
• [www.opsecu.org](http://www.opsecu.org)

¡ No escupir en el suelo !



Ministerio de Salud Pública