



DEPARTAMENTO DE SALUD

**Un Aviso de Salud Escolar para Padres y Tutores**

**AYUDE A DETENER LA GRIPE  
Y OTRAS ENFERMEDADES COMUNES**

**Si su niño/a está enfermo/a, ¿qué puede hacer usted para mantener a otros a su alrededor saludables?**

Primero, hable con su doctor y ¡siga sus consejos! Si se trata de la gripe, aquí hay algunas sugerencias:



**¡Lávese las manos o utilice higienizador de manos!**

¡Esto es lo más importante que usted puede hacer!

Ayude a mantener ese virus alejado de sus manos.

Lávese especialmente después de atender a su hijo/a enfermo/a y no se olvide de lavarles las manos a ellos también. Los higienizadores de manos con base de alcohol también son efectivos.

• **¡Cubra esa tos o ese estornudo!**

¡Evite que las gotitas esparcidas por toser o estornudar lleguen a otra persona! Enséñele a su niño/a a cubrirlos con un pañuelo de papel o con su brazo doblado, ¡no con sus manos!

• **¡Mantenga a su niño/a en casa!**

Su niño/a puede diseminar la gripe en la escuela o en la guardería. Debería quedarse en casa hasta que se sienta mejor.

*Datos  
informativos:*

*La gripe es causada por un virus que se contagia por las gotitas esparcidas por toser o estornudar.*



*Usted puede prevenir otras infecciones respiratorias siguiendo los mismos pasos para prevenir la gripe.*

**Para información adicional visite el sitio de internet del Departamento de Salud, [www.aasalud.org](http://www.aasalud.org), o hable con su médico o la enfermera de la escuela.**