

AYUDAR A PARAR LA PROPAGACIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón o use desinfectante de manos a base de alcohol. Evite tocar los utensilios de otra persona.

Vacunarse contra la gripe y quedarse actualizado con las vacunas de COVID-19. Hable con el doctor de su hijo sobre si su hijo puede recibir medicamentos para la prevención del RSV.

Cuando esté adentro, asegurarse que hay ventilación y circulación de aire: abra una ventana, encienda un ventilador.

Cúbrase al toser/estornudar. Quédese en casa hasta que se sienta mejor o no tenga fiebre durante al menos 24 horas sin medicamentos para reducir la fiebre.

Use una máscara cerca de otras personas si comienza a tener algún síntoma, como nariz que gotea, tos o fiebre.

Use una máscara adentro en áreas atestadas, especialmente en grandes reuniones.