

# LA NUEVA GRIPE

## ¿Cómo prevenirla?

- Lavate las manos con agua y jabón frecuentemente
- Cubrite la boca y la nariz con pañuelo descartable cuando estornudás o tosés
- Alimentate bien, tomá abundante líquido y dormí lo suficiente y necesario
- Si estás enfermo quedate en casa, no vayas a trabajar ni a la escuela
- No te automediques, consultá oportunamente al médico
- Tené en cuenta que el diagnóstico temprano facilita la recuperación



**Organización  
Panamericana  
de la Salud**

*Oficina Regional de la*  
Organización Mundial de la Salud



NACIONES UNIDAS

Más información en OPS/OMS: [www.paho.org/arg](http://www.paho.org/arg)