

P R U **PRECAUCIONES RESPIRATORIAS UNIVERSALES**

**AYUDA A PREVENIR LA
PROPAGACIÓN DE RESFRIADOS &
DE LA GRIPE**



**CÚBRASE LA BOCA Y LA NARIZ
CON UN PAÑUELO DESECHABLE O
UNA MASCARILLA CUANDO TOSA
O ESTORNUDE**



**LÁVESE LAS MANOS
CON FRECUENCIA**



**QUÉDECE EN CASA SI
USTED SE ESTÁ SINTIENDO
ENFERMO**



**VACÚNESE CONTRA LA
GRIPE Y LA
NEUMONÍA**

Para más información: www.nj.gov/flu

Revised 1/14