

¡No bajes la guardia!

El correcto lavado de manos nos protege de enfermedades virales

1 Usar jabón de preferencia líquido, si no tienes utiliza jabón de pasta en trozos pequeños



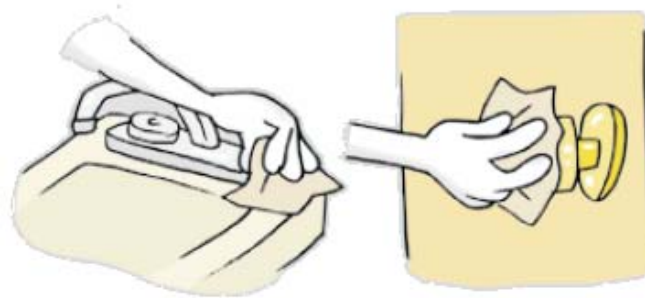
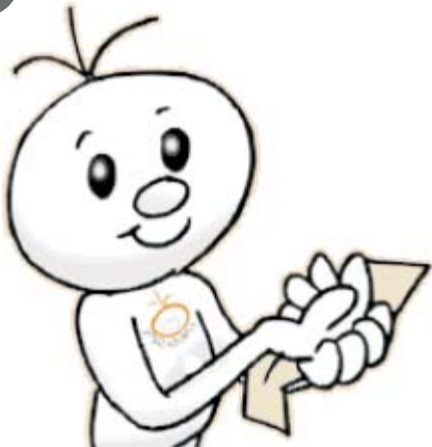
2 Talla enérgicamente las palmas, el dorso y entre los dedos

3 Lávalas por lo menos 20 segundos sin olvidar la muñeca



4 Enjuaga completamente

5 Seca las manos con papel desechable o con el secador de manos



6 Cierra la llave del agua, abre la puerta del baño con el mismo papel y tíralo en el bote de basura



Datos:

La influenza A(H1N1), es una enfermedad aguda de las vías respiratorias. El virus que la provoca se llama virus de influenza tipo A(H1N1). Se transmite de persona a persona, cuando las personas enfermas estornudan o tosen frente a otra sin cubrirse la boca y la nariz, al compartir utensilios o alimentos de una persona enferma, o al saludar de mano o de beso a una persona enferma.

Esta enfermedad es curable y existen en México los medicamentos suficientes para su tratamiento.

Sobre el uso del cubreboca

El cubreboca ayuda a evitar el contagio, pero no es la medida más efectiva. Lo más efectivo es el lavado de manos y estornudar y toser de manera correcta.

Importante

Medidas preventivas contra la influenza Para evitar el contagio de la influenza A(H1N1) así como cualquier otro virus es importante establecer nuevos hábitos de higiene.

Para la limpieza de la casa o lugar de trabajo se recomienda el uso de detergentes y cloro, ya que destruyen bacterias y virus, además de que son fáciles de adquirir.

Sitios de Interes

- www.salud.gob.mx
- www.promocion.salud.gob.mx
- www.edomex.gob.mx/influenza
- www.influenza.df.gob.mx/

Mas información:

<http://influenza.salud.gob.mx/>



Centro de Información

Este portal surge como una herramienta de consulta, es producto de la necesidad y el firme compromiso de la Secretaría de Salud para poder informar con más a detalle sobre todo lo relacionado con el virus de la influenza A(N1H1). Entre el contenido destacado de este sitio se encuentran noticias, mensajes, artículos de relevante importancia y materiales educativos que pueden ser de ayuda para toda la población.