



AHEC Prevencion de la Gripe

Anuncio del Servicio Publico

Tu Centro de Educacion en la Salud, AHEC, le recuerda que lavandose las manos puede prevenir enfermedades, como la gripe, y ayuda a destruir germenos contagiosos que causan infecciones y enfermedades.

Lavese las manos con agua y jabon por 20 segundos antes de preparar o comer alimentos, y despues de toser, destornudar, y limpiarse la nariz. Lavese las manos despues de usar el excusado, tirar la basura, cambiar panales, o de tocar algun animal, y antes y despues de atender algun enfermo. Recuerda estos pasos para estar saludable porque...

Tu Salud esta en Tus Manos

The AHEC Prevention Team has prepared this tool as a part of the statewide AHEC campaign, *Your Health is in Your Hands*. Partial funding for this project was provided by Health Education Centers of Texas grant D39-HP02165-03-00. For more information, go to www.fyiahec.org.