

# La prevención es la mejor medida

## Gripe A

¿Ya sabes cómo actuar para prevenir la Gripe A? Antes de empezar con síntomas gripales como tos, fiebre o malestar general, toma medidas frente a la Gripe A. Sigue estas sencillas recomendaciones.



Al estornudar o toser tápate la boca y la nariz con un pañuelo de papel y tíralo a la basura.



Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón.



Usa los servicios de salud con responsabilidad.

Si quiere saber más [www.informaciongripea.es](http://www.informaciongripea.es)

# La prevenció és la millor mesura

## Grip A

Ja saps com actuar per a previndre la Grip A?  
Abans de començar amb símptomes gripals com ar-  
tos, febra o malestar general, pren mesures enfront de  
la Grip A. Segueix estes senzilles recomanacions.



En esternudar o tossir, tapa't la boca  
i el nas amb un mocador de paper  
i llança'l al fem.



Renta't les mans freqüentment amb  
aigua i sabó.



Utilitza els servicis de salut  
amb responsabilitat.

Si en vols saber més, consulta [www.informaciongripea.es](http://www.informaciongripea.es)



Consejo Interterritorial  
SISTEMA NACIONAL DE SALUD

**GRIPE A**  
LA PREVENCIÓN ES LA MEJOR MEDIDA



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD  
Y POLÍTICA SOCIAL

[www.mspes.es](http://www.mspes.es)