



# LOS VIRUS RESPIRATORIOS Y SU NIÑO



¿Qué puedo hacer para ayudar a proteger y minimizar la carga a escuelas y el sistema de atención médica en niños para virus respiratorios como el COVID-19, la gripe y el RSV?

## RECUERDA LA HIGIENE RESPIRATORIA



Asegúrese de que sus hijos elegibles estén vacunados contra la gripe y el COVID-19.



Si te sientes enfermo quédate en casa.



Enseñe a sus hijos a lavarse bien las manos con frecuencia.



Cúbrase la boca con un pañuelo desechable o con el brazo doblado al toser o estornudar, no con las manos.



Limpiar y desinfectar superficies de alto contacto.



Si tiene síntomas y necesita salir de casa, use mascarilla.