

UNCUMA informa acerca de la gripe A (H1N1)

Sanidad, 21/09/2009

La Unión de Cooperativas de Consumidores y Usuarios de Madrid, UNCUMA, difunde las recomendaciones de las Autoridades Sanitarias ante la gripe A (H1N1).

- Cubra su boca al toser y estornudar con **PAÑUELOS DE PAPEL** y tírelos a la **BASURA**.
- Si no tiene pañuelo de papel, tosa y estornude **SOBRE LA MANGA DE SU CAMISA** para no contaminar las manos.
- **EVITE** tocarse con las manos los **OJOS, NARIZ Y BOCA**.
- **LÁVESE** las manos **FRECUENTEMENTE** con jabón (durante 15-20 segundos), sobre todo después de toser o estornudar.
- **NO COMPARTA** objetos personales, de higiene o aseo: vasos, toallas...
- **VENTILE DIARIAMENTE** la casa, habitaciones y espacios comunes.
- **LIMPIE LAS SUPERFICIES Y OBJETOS** de uso común con los productos de limpieza habituales: encimeras, baños, manillas, pomos, juguetes, teléfonos...

Más informaciones en el portal de salud de la Comunidad de Madrid:
http://www.madrid.org/cs/Satellite?cid=1142564699684&language=es&pageid=1142564699684&pagename=PortalSalud%2FPPage%2FPTSA_pintarContenidoFinal&vest=1142564699684