Es el momento de evitar la gripe.

Vacúnese antes de Halloween

Recibir la vacuna contra la gripe es el primer paso y el más importante para protegerse de la gripe, y es seguro tanto para usted como para el hijo que espera. Puede recibir la vacuna contra la gripe en cualquier momento, durante cualquier trimestre del embarazo.

Consulte a su médico, enfermera o proveedor de salud para vacunarse lo más pronto posible.

Prevenir la gripe está en sus manos

1. Cúbrase la nariz y la boca. Tosa o estornude en un pañuelo desechable, la manga de su camisa o su brazo.
2. Lávese las manos con agua y jabón con frecuencia. Si bien usar agua y jabón es mejor, también puede usar desinfectante para manos a base de alcohol.
3. Trate de no tocarse los ojos, la nariz o la boca. Los gérmenes se reproducen de esta manera.