

## Informe a los **PADRES**

# Combata el resfriado y la gripe

### Vacúnese contra la gripe

Una de las mejores maneras de ayudar a retrasar la propagación de enfermedades estacionales que causan gérmenes es recibir inmunizaciones, como la vacuna contra la gripe. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) recomiendan que cualquier persona mayor de seis meses de edad reciba una vacuna contra la gripe cada año.<sup>1</sup>

### Lávese las manos

Dondequiera que los meses de invierno lo lleven, siempre asegúrese de lavarse las manos minuciosamente y con frecuencia. Tomarse los veinte segundos recomendados para lavarse las manos con agua y jabón es una de las mejores maneras de eliminar gérmenes, evitar enfermarse y prevenir la propagación de gérmenes a otras personas.<sup>2</sup>

### Permanezca en casa en caso de enfermedad

Si su hijo presenta síntomas de resfrío o gripe, se recomienda que permanezca en casa y no vaya a la escuela. Del mismo modo, quédese en casa y no vaya al trabajo o haga mandados si usted está enfermo. Esto ayudará a evitar que contagie su enfermedad a otras personas.<sup>2</sup>

### Desinfecte las superficies de contacto frecuente

Las toallitas desinfectantes de Lysol y el aerosol desinfectante de Lysol facilitan la desinfección de las superficies en el hogar y la escuela. Desinfecte las áreas que se tocan con frecuencia, desde los escritorios hasta las manijas de las puertas, para ayudar a protegerlo a usted, a su familia y a la comunidad de la propagación de gérmenes que causan enfermedades. Para obtener más información, visite [Lysol.com/HERE](http://Lysol.com/HERE).



### Apoye el Programa FLUency de Kinsa

Alíente a la escuela de su hijo a solicitar el programa de FLUency de Kinsa, un programa de detección temprana de enfermedades en escuelas de todo el país. Si bien el

resfriado y la gripe comienzan a alcanzar su punto máximo durante esta época del año, las escuelas participantes recibirán toallitas desinfectantes de Lysol y termómetros inteligentes de Kinsa gratuitos que ayudan a notificar a las enfermeras y los funcionarios escolares, así como a los padres, sobre los niveles de enfermedad y las tendencias dentro de la comunidad.

*Contenido cortesía del socio de NAESP Lysol.*