

PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES INFECCIOSAS



¡PROTÉGETE Y MANTÉN A TODOS SALUDABLES!

1. ¿Qué son las Enfermedades Infecciosas?

- ¿Qué son?: Enfermedades causadas por microorganismos como bacterias, virus o hongos.
- Ejemplos: Gripe, resfriados, diarrea, etc.
- ¿Cómo se propagan?
 - Por aire: Al toser o estornudar.
 - Por contacto: Al tocar a una persona enferma o superficies contaminadas.
 - Por alimentos o agua: Si están contaminados.

Lávate las Manos!

¿Por qué?

El lavado de manos es una de las formas más efectivas para evitar que los gérmenes entren en nuestro cuerpo.

- ¿Cuándo lavarse las manos?
 - Antes de comer.
 - Después de usar el baño.
 - Después de toser o estornudar.
 - Después de tocar objetos públicos.

¡Vacúnate!

- ¿Por qué son importantes las vacunas?
 - Las vacunas nos protegen contra enfermedades graves (como la varicela, la gripe y el sarampión).
 - Son seguras y ayudan a prevenir brotes.
- ¿Cómo funcionan?
 - Fortalecen el sistema inmunológico para combatir virus y bacterias.

Conclusión: ¡Tú puedes protegerte!

- ¡Lávate las manos!
- Cubre tu boca al estornudar.
- Usa mascarillas cuando sea necesario.
- Mantén tu entorno limpio.
- Vacúnate para estar más seguro.
- Come bien y descansa.

promocion y mantenimiento de la salud

PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES INFECCIOSAS



¡PROTÉGETE Y MANTÉN A TODOS SALUDABLES!

1. ¿Qué son las Enfermedades Infecciosas?

- ¿Qué son?: Enfermedades causadas por microorganismos como bacterias, virus o hongos.
- Ejemplos: Gripe, resfriados, diarrea, etc.
- ¿Cómo se propagan?
 - Por aire: Al toser o estornudar.
 - Por contacto: Al tocar a una persona enferma o superficies contaminadas.
 - Por alimentos o agua: Si están contaminados.

Lávate las Manos!

¿Por qué?

El lavado de manos es una de las formas más efectivas para evitar que los gérmenes entren en nuestro cuerpo.

- ¿Cuándo lavarse las manos?
 - Antes de comer.
 - Después de usar el baño.
 - Después de toser o estornudar.
 - Después de tocar objetos públicos.

¡Vacúnate!

- ¿Por qué son importantes las vacunas?
 - Las vacunas nos protegen contra enfermedades graves (como la varicela, la gripe y el sarampión).
 - Son seguras y ayudan a prevenir brotes.
- ¿Cómo funcionan?
 - Fortalecen el sistema inmunológico para combatir virus y bacterias.

Conclusión: ¡Tú puedes protegerte!

- ¡Lávate las manos!
- Cubre tu boca al estornudar.
- Usa mascarillas cuando sea necesario.
- Mantén tu entorno limpio.
- Vacúnate para estar más seguro.
- Come bien y descansa.

promocion y mantenimiento de la salud

PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES INFECCIOSAS



¡PROTÉGETE Y MANTÉN A TODOS SALUDABLES!

1. ¿Qué son las Enfermedades Infecciosas?

- ¿Qué son?: Enfermedades causadas por microorganismos como bacterias, virus o hongos.
- Ejemplos: Gripe, resfriados, diarrea, etc.
- ¿Cómo se propagan?
 - Por aire: Al toser o estornudar.
 - Por contacto: Al tocar a una persona enferma o superficies contaminadas.
 - Por alimentos o agua: Si están contaminados.

Lávate las Manos!

¿Por qué?

El lavado de manos es una de las formas más efectivas para evitar que los gérmenes entren en nuestro cuerpo.

- ¿Cuándo lavarse las manos?
 - Antes de comer.
 - Después de usar el baño.
 - Después de toser o estornudar.
 - Después de tocar objetos públicos.

¡Vacúnate!

- ¿Por qué son importantes las vacunas?
 - Las vacunas nos protegen contra enfermedades graves (como la varicela, la gripe y el sarampión).
 - Son seguras y ayudan a prevenir brotes.
- ¿Cómo funcionan?
 - Fortalecen el sistema inmunológico para combatir virus y bacterias.

Conclusión: ¡Tú puedes protegerte!

- ¡Lávate las manos!
- Cubre tu boca al estornudar.
- Usa mascarillas cuando sea necesario.
- Mantén tu entorno limpio.
- Vacúnate para estar más seguro.
- Come bien y descansa.

promocion y mantenimiento de la salud