



# CÓMO PROTEGERNOS FRENTE A LA GRIPE

Para prevenir la gripe y otras infecciones, podemos adoptar **medidas higiénicas fáciles y sencillas**.  
Y si además perteneces a la población de riesgo, **vacúñate**.



1 Utiliza pañuelos de  
papel desechables.



2 Tápate con el  
codo al toser o  
estornudar.



3 Lávate las manos  
con agua y jabón  
con frecuencia.

Cuando necesites asistencia, valora cuál es el servicio de salud  
más adecuado en función de tu estado.  
**Haz un uso responsable de los recursos sanitarios.**



**30**  
AÑOS | VACUNANDO  
FRENTE  
A LA  
GRIPE



**CAMPAÑA DE VACUNACIÓN ANTIGRIPAL 2018**  
*Si perteneces a los grupos de riesgo  
o eres mayor de 65 años.*  
**A PARTIR DEL 24 DE OCTUBRE**



*Euskadi, bien comuin*  
**EUSKO JAURLARITZA  
GOBIERNO VASCO**  
OSASUN SAUNA  
DEPARTAMENTO DE SALUD