

Tu salud y la de tu familia son primero



GOBIERNO
FEDERAL

SALUD

8 pasos para proteger tu salud ante una inundación

1

Usa agua embotellada, hervida o desinfectada para beber, lavarse las manos, preparar alimentos, lavar trastes y cepillarse los dientes.

2

Come productos enlatados o que estén en frascos de vidrio sellados (límpialos antes de abrirlos).

3

Mantén los alimentos en lugares limpios, secos y frescos.

4

Lávate las manos con agua y jabón antes de preparar alimentos y de realizar actividades de limpieza.

5

Utiliza los lugares destinados para ir al baño.

6

No dejes que los niños jueguen en lugares donde haya agua de la inundación.

7

Si existen animales muertos o comida en mal estado, ayuda a enterrarlos cubriéndolos con cal.

8

Si sientes o tienes: debilidad, ojos rojos y comezón, heridas, vómito, diarrea o náuseas, catarro y tos, fiebre o calentura, ronchas y comezón, dolor de cabeza y muscular; acude al médico o centro de salud más cercano.