



protéjase

*reciba la vacuna, no se enferme de gripe*

## ¡ESTÉ PREPARADO!

La temporada de gripe en Oregon es de octubre a abril.

Las personas de cualquier edad con **ENFERMEDADES CRÓNICAS**, tales como diabetes o asma, o los niños menores de 5 años de edad corren un **RIESGO MAYOR** por complicaciones **DE LA GRIPE**.



La **MEJOR MANERA DE PROTEGER** a los niños menores de 6 meses de edad **ES VACUNAR A LOS FAMILIARES** que son más grandes que estos.

Cada año un promedio de **450 RESIDENTES DE OREGÓN FALLECEN DEBIDO A LA INFLUENZA**.

¡Luche contra la gripe! Lávese las manos. Evite el contacto con personas que estén enfermas. Quédese en casa cuando esté infectado.

## ¡VACÚNESE!

### UBICACIONES DE CLÍNICAS



# protéjase

*reciba la vacuna, no se enferme de gripe*

## ¡ESTÉ PREPARADO!

La temporada de gripe en Oregon es de octubre a abril.

**LAS PERSONAS DE 65 AÑOS DE EDAD Y MÁS** corren un **RIESGO MAYOR** que otros grupos de edades **POR COMPLICACIONES** de la gripe.



**LAS PERSONAS CON ENFERMEDADES CRÓNICAS**, tal como diabetes o asma, **PUEDEN SUFRIR COMPLICACIONES SERIAS** si se enferman de gripe.

**LA VACUNA CONTRA LA GRIPE LE AYUDA A EVITAR LA GRIPE** y a no contagiar a aquellos cerca de usted.

## ¡VACÚNESE!

### UBICACIONES DE CLÍNICAS



*y a aquellos a quienes cuida  
reciba la vacuna, no se enferme de gripe*

## ¡ESTÉ PREPARADO!

La temporada de gripe en Oregon es de octubre a abril.

Si brinda apoyo o **SERVICIOS DE SALUD**,  
o si es un **CUIDADOR**, es fundamental que  
**RECIBA UNA VACUNA CONTRA LA GRIPE.**



No se enferme de gripe. No propague la gripe.

## ¡VACÚNESE!

### UBICACIONES DE CLÍNICAS



# protégete

## *lucha contra la gripe*

### **¡VACÚNESE!**

La temporada de gripe en Oregon es de octubre a abril.

Para **NOQUEAR AL VIRUS**, lávate las manos seguido con agua y jabón, **EVITA EL CONTACTO CERCANO** con **PERSONAS ENFERMAS**, y no te toques los ojos, nariz ni boca. Tú puedes **EVITAR QUE LOS GÉRMENES SE PROPAGUEN.**



No te enfermes de gripe.

No propagues la gripe.

### **¡ESTÉ PREPARADO!**

#### UBICACIONES DE CLÍNICAS