

Para prevenir enfermedades transmitidas por **alimentos durante su viaje:**



Lávese las manos con agua y jabón. Hágalo con frecuencia, especialmente antes de preparar o consumir alimentos, después de entrar al baño y luego de cambiar pañales.



Ingiera los alimentos bien cocinados, especialmente los huevos, el pescado y las carnes de res, pollo y cerdo.



Consuma agua potable.