



Gripe y resfriado

Revisa tu botiquín

Dedica 10 minutos a revisar tu botiquín. Tener lo básico a mano facilita descansar, aliviar síntomas o cuidar a otra persona.

Elige solo productos adecuados para tu hogar y lee siempre la etiqueta antes de usarlos.

Según el síntoma	Adulto a mano	Niños a mano	Fecha venc.
Fiebre y dolores Analgésico y antifebril	☐	☐	_____
Tos seca Antitusivo	☐	☐	_____
Congestión Expectorante	☐	☐	_____
Nariz tapada Aerosol o enjuague nasal, etc.	☐	☐	_____
Dolor de garganta Pastillas para la tos, etc.	☐	☐	_____
Dolor de garganta Pastillas para la tos, etc.	☐	☐	_____
Malestar estomacal Antiácido, antidiarreico, otro...	☐	☐	_____
Otro _____	☐	☐	_____
Otro _____	☐	☐	_____

Lee antes de usar

Revisa ingredientes activos.
 Identifica qué contiene el producto.

Lee las advertencias.
 Revisa edad, condiciones de salud, interacciones y somnolencia.

Sigue las indicaciones.
 Usa solo la dosis y frecuencia indicadas en la etiqueta.

Evita ingredientes duplicados.
 Distintos productos pueden contener el mismo ingrediente activo. Compara las etiquetas antes de combinar medicamentos.
 Por ejemplo, muchos productos multisíntoma contienen acetaminofén.

Extras útiles:

Termómetro | Pañuelos | Prueba COVID/gripe | Humidificador | Gel de manos

**Prepárate hoy.
Todo listo después.**

Los medicamentos de venta libre pueden aliviar síntomas, pero no curan. Consulta a un profesional de salud si los síntomas son graves, empeoran o preocupan. Busca ayuda urgente si hay dificultad para respirar u otros síntomas de emergencia.