

## Alergias Estacionales

Durante la temporada de alergias:

- No abra las ventanas de la casa o del automóvil durante el día
- Tome sus medicinas para las alergias tal y como se lo indica el médico
- Intente no salir de su casa cuando el nivel de polen esté alto
- Dígale a su hijo que se lave sus manos y se cambie la ropa cuando regrese a casa, y a la hora de antes de dormir, se bañe o se duche
- Pueden revisar el nivel de polen en su área en [www.pollen.com](http://www.pollen.com)
- Otros objetivos especiales:

