



ESTE OTOÑO-INVIERNO
**NOS CUIDAMOS EN CASA
Y EN EL JARDÍN INFANTIL**

Con la llegada del frío y las bajas temperaturas, nos enfrentamos con más frecuencia a enfermedades respiratorias como la influenza o el virus sincicial.

Para prevenir, te invitamos a seguir las siguientes recomendaciones:

- ★ Ventila los espacios de tu casa y/o jardín infantil con frecuencia, especialmente a primera hora del día.
- ★ Desinfecta las superficies y limpia frecuentemente los objetos que utilicen niñas y niños para jugar.
- ★ **Promueve, tanto en niñas, niños y adultos, el lavado frecuente de manos con agua y jabón.** Se trata de una de las medidas más importantes para prevenir enfermedades respiratorias y gastrointestinales.
- ★ Toma los resguardos necesarios y evita el contacto directo con personas contagiadas.
- ★ **¡No uses tu manos para estornudar!** al hacerlo, cubre tu nariz y boca con el antebrazo o utiliza un pañuelo desechable, el cual debes eliminar inmediatamente en un basurero.

- 
- A vertical map of Chile is positioned on the left side of the page. The map is colored in a gradient from light blue at the top to yellow at the bottom, matching the background. It shows the outline of the country with internal regional boundaries. A small red square is located on the southern coast of Chile.
- ★ **Evita llevar a los niños y las niñas a lugares aglomerados** como un centro comercial, cine u otros espacios cerrados donde se reúnen muchas personas.
 - ★ ¡Prefieran actividades al aire libre! tomando los resguardos necesarios y con ropa adecuada, permítanse disfrutar en parques, plazas, etc.
 - ★ **Si estás amamantando, persiste en ello**, está demostrado que la lactancia materna protege contra las enfermedades respiratorias y ayuda al desarrollo del sistema inmunológico.
 - ★ **¡Vacunarse es fundamental!** Conoce la campaña de vacunación 2025 y los grupos objetivos en saludresponde.minsal.cl o llamando **600•360•7777**