

EL MEJOR REMEDIO PARA ESTE INVIERNO ¡ES PREVENIR!

El invierno está cada día más cerca y en la Asociación Chilena de Seguridad queremos apoyarte para que puedas prevenir resfriados y enfermedades respiratorias.

Sigue estos importantes consejos y disfruta de un invierno sano junto a tu familia.



En aglomeraciones de gente (ej: en el metro) protege tu boca y nariz con una bufanda



Usa ropa que abrigue



Lava tus manos frecuentemente



Aliméntate de forma balanceada y respetando horarios



Mantén al menos 2 metros de distancia con una persona resfriada



Después de la ducha, seca tu cabello y cuerpo completamente antes de salir de la casa