



**#HábitosSaludables**

[www.ins.gov.co](http://www.ins.gov.co)



@INSColombia



@insaludcolombia



Instituto Nacional de Salud de Colombia



Avenida Calle 26 # 51 - 20 / Bogotá D.C. - Colombia



PBX: (601) 220 77 00 / exts. 1101 - 1214



[contactenos@ins.gov.co](mailto:contactenos@ins.gov.co)

# PROTÉGETE DE LAS INFECCIONES RESPIRATORIAS



- Ya sabemos cómo cuidarnos
- Si tenemos gripa, usamos el tapabocas.
- Lavamos frecuentemente nuestras manos.
- Ventilamos los espacios.
- Evitamos las aglomeraciones en sitios cerrados.
- Completamos nuestros esquemas de vacunación.
- Protegemos a niños y adultos mayores.
- Vacunación a grupos de riesgo.

