

Boletín Coronavirus:

Edición N° 10

Hola,

Sabemos que la información de fuentes confiables en estos momentos es fundamental. Por eso, te hacemos llegar los siguientes consejos.



Afrontando la cuarentena



¿Conoce algunos consejos para sobrellevar la cuarentena si vives solo(a)?

Si te encuentras solo en estos días de cuarentena, te contamos algunas ideas para conectarte con familiares o amigos y realizar actividades que te ayuden a sobrellevar estos días:

-  Dedicale 15 minutos al día para informarte sobre el Coronavirus y las medidas tomadas por el Gobierno. 
-  Intenta mantener tus horarios habituales, tanto de trabajo como de alimentación.
-  Si estás acostumbrado(a) a realizar deporte, programa ejercicios dentro de casa.
-  Realiza videollamadas con amigos o familiares.
-  Crea grupos de WhatsApp con miembros de tu familia, para compartir información, novedades, tips y estén siempre comunicados.

Prevención



¿Conoces los protocolos de convivencia con personas en riesgo?

Es importante que conozcas los hábitos de convivencia con personas que se encuentren dentro de la población vulnerable. Así evitarás que se enfermen:

-  Utiliza baños diferentes y desinfectalos con lejía.
-  No compartas toallas, cubiertos, vasos y otros utensilios.
-  Limpia y desinfecta a diario las superficies de alto contacto.
-  Lava frecuentemente la ropa, sábanas y toallas.
-  De ser posible brinda una habitación exclusiva, caso contrario mantén distancia y la persona de riesgo puede utilizar mascarilla.
-  Ventila a menudo las habitaciones.
-  Llama al teléfono designado si se presenta más de 38° de fiebre y dificultad para respirar.

Pregunta

¿Cuál es el proceso de atención si cumples con la definición de caso sospechoso?

[Leer más](#)

¿Cuáles son los establecimientos de salud habilitados por el MINSA para la atención del coronavirus COVID-19?

[Leer más](#)

Recuerda

Si cuentas con un Seguro de Salud (Integral, Vida o Plan EPS de Pacífico, estás cubierto ante el Coronavirus (COVID-19).

<p>MINSA</p> <p>113 (Línea gratuita)</p> <p>Chat en línea</p> <p>www.pacifico.com.pe</p>	<p>Para orientación médica</p> <p>(01)415-1515* o SANNA: Dr. Online</p> <p><small>*Si tienes un Seguro de Salud o Plan EPS de Pacífico</small></p> <p>Información de tus pólizas. Ingresa a:</p> <p>Mi Espacio Pacífico</p>
--	--

Cuenta con nosotros

Encuentra más información sobre el Coronavirus (COVID-19) en nuestra web

[aquí](#)

Comparte este boletín con familiares y amigos. Hagamos que más personas estén informadas y protegidas.



Visítanos en:
<http://www.pacifico.com.pe>

Este correo fue enviado a \$\${Email} por Pacifico Seguros. Si has recibido este correo por error o no deseas recibir publicidad ni información del PACIFICO SEGUROS, por favor procede a eliminarlo y notificarnos haciendo clic [aquí](#) para poder suspender el envío de información. Esta información se envía de acuerdo a la legislación correo electrónico comercial no solicitado - SPAM según Leyes 28493 y 29246.

El sistema de correo electrónico de las dos empresas que integran el Grupo Pacifico (Pacifico Seguros y Pacifico EPS), está destinado únicamente para fines del negocio, cualquier otro uso contraviene las políticas del Grupo. Toda la información de los negocios contenido en este mensaje es de naturaleza confidencial y de uso exclusivo del Grupo Pacifico. Su divulgación, copia y/o adulteración están prohibidas y sólo debe ser conocida por la persona a quien se dirige este mensaje.

En nuestras campañas de comunicación masiva, nunca incluiremos enlaces a otros dominios que no pertenezcan al Grupo Pacifico(1) o nuestros portales oficiales en las redes sociales (2) , y no solicitaremos información de tus cuentas bancarias. Cualquier campaña que llegue a nombre nuestro y presente alguna de las características mencionadas debe ser eliminado inmediatamente. Recuerda, nuestras campañas serán personalizadas, siempre dirigidos a tu nombre.

(1)[pacifico.com.pe](#), [pacificoseguros.com](#), [pacificoseguros.com.pe](#), [grupopacifico.com.pe](#), [pacificovidia.com.pe](#) y [pacificovidia.net](#).
(2)[facebook.com/segurospacifico](#) y [youtube.com/pacificoseguros](#).

Para garantizar la entrega de nuestras comunicaciones te pedimos agregar contacto@pacificoseguros.com.pe a tu libreta de direcciones.

© 2019 Pacifico Grupo Asegurador, Av. Juan de Arona 830 San Isidro, Lima - Perú. Todos los derechos reservados.