

# Boletín Coronavirus:

Edición N° 13

**Hola,**

En estos momentos mantente informado(a) y entretenido(a) con los siguientes consejos.

## Afrontando la cuarentena



### Disfruta de los mejores documentales en Netflix

Con estos documentales podrás aprender y entretenerte al mismo tiempo:



**100 humanos:**  
Respuestas a preguntas de la vida



**Nuestro planeta**



**Perú: Tesoro escondido**



**Pacificum: El retorno al océano**

## Informativa



### ¿Cuánto tiempo debes refrigerar los alimentos durante la cuarentena?

Evita salir muchas veces de compras y aprende a abastecer correctamente tu refrigeradora. Conoce los tiempos límites de refrigeración de los alimentos a continuación.

[Leer más](#)

## Prevención

### ¡Ahora podrás prevenir desde tu celular!

Descárgate el APP "Perú en tus manos" y toma acciones para prevenir el COVID-19 desde tu dispositivo móvil.

En esta APP podrás:



Realizar una autoevaluación, para evitar el riesgo de contagio.



Conocer las zonas de riesgo con mayor frecuencia de casos.



Compartir tu ubicación para recibir acompañamiento en caso estés contagiado.

Recuerda que este virus se traslada entre personas, la prevención está en tus manos  
#YoMeQuedoEnCasa

## Pregunta

### Acabo de comprar un seguro y me he contagiado de COVID-19, ¿tengo cobertura?

Al ser el coronavirus COVID-19 una enfermedad respiratoria no catalogada como emergencia, las condiciones de compra de un seguro de salud se mantienen, incluyendo el período de carencia.

## Recuerda

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

### MINSA

**113**  
(Línea gratuita)

Chat en línea

[www.pacifico.com.pe](http://www.pacifico.com.pe)

### Para orientación médica

**(01)415-1515\***  
o  
**SANNA: Dr. Online**

\*Si tienes un Seguro de Salud o Plan EPS de Pacífico

Información de tus pólizas. Ingresa a:

[Mi Espacio Pacífico](#)

## 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>