

A photograph of a woman and a young boy washing their hands in a bathroom sink. The woman, with a ponytail and a dark t-shirt, is smiling and assisting the boy. The boy, wearing blue-rimmed glasses and a blue and white striped shirt, is laughing. In the foreground, a toothbrush holder with several toothbrushes is visible on the tiled wall. The background is a bright, modern bathroom.

Guía Rápida

Coronavirus (COVID-19)



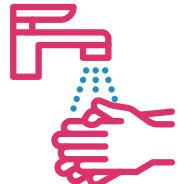
pacifico

Nosotros siempre estamos para protegerte

En un contexto como el actual por la llegada del COVID-19 (Coronavirus), desde Pacífico nos reafirmamos en nuestro rol y ratificamos la cobertura de esta enfermedad a través de nuestros productos y planes de Salud Integral, EPS y Vida para aquellos que puedan verse afectados.

Tips de Prevención

Queremos que tú y tus colaboradores se mantengan protegidos frente al coronavirus (COVID - 19). Por eso, compartimos los principales tips de prevención para evitar el contagio de esta enfermedad:



Lava tus manos con agua y jabón regularmente por **20 segundos** como mínimo.



Evita el contacto con personas que tengan síntomas similares a la gripe: tos, dolor de garganta, malestar general, fiebre, dificultad respiratoria.



Evita tocarte la cara, los ojos y la nariz.



Mantén tu casa limpia y ventilada.



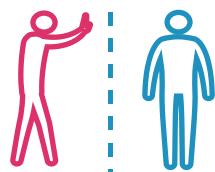
Si toses o estornudas, cúbrela la boca y la nariz con el antebrazo o con un pañuelo desechable.



Utiliza mascarillas siempre que salgas a la calle y en casa si presentas síntomas o si estás al cuidado de una persona con COVID-19.



Si estás enfermo, evita lugares con mucha gente y quédate en casa.



Cumple con las órdenes de cuarentena y distanciamiento social.

Tips para Colaboradores

Si tu empresa es parte de las habilitadas para continuar trabajando, de acuerdo al Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, puedes seguir estas recomendaciones de prevención:

- Evita saludar a tus compañeros con apretón de manos, beso en la mejilla y otras formas de contacto físico.
- Si tienes fiebre, tos o dificultad al respirar, dirígete inmediatamente al tópico de tu institución (o establecimiento de salud). No te automediques.
- Si trabajas en contacto con público en general, mantén una distancia mínima de un metro.
- No compartas alimentos, utensilios ni tus objetos personales (peine, toalla, ropa, etc.).
- Mantén tu ambiente de trabajo ventilado y desinfectado.
- Mantente alerta de posibles casos de coronavirus en tu centro laboral e infórmalo inmediatamente a tus superiores.
- Cumple las medidas de prevención que adopte tu empleador.
- Asiste a las capacitaciones que realice tu centro de trabajo sobre el COVID-19.

Tips para Empresas

Si tu empresa es parte de las habilitadas para continuar trabajando, de acuerdo al Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, puedes seguir estas recomendaciones de prevención:

- De acuerdo a la Resolución Ministerial 283-2020-MINSA el personal en condición de riesgo (adultos mayores, embarazadas o personas con diabetes, hipertensión, asma, etc.) debe permanecer en casa acatando el estado de emergencia, ya que estas personas están predispuestas a complicaciones en el caso de adquirir el COVID-19.
- Asegúrate de que los ambientes estén ventilados y desinfectados.
- Capacita a tu personal sobre las medidas de prevención en el trabajo.
- Capacita a tu personal del tópico sobre la detección de síntomas y dónde llamar en caso tengan un paciente con sospecha (de ser el caso).
- Brinda equipo de protección personal (EPP) apropiado y suficiente a tu personal, y adopta protocolos de limpieza. Fomenta el uso racional de los implementos de limpieza.
- En caso de haber personal con criterios de sospecha de infección por COVID-19 (síntomas de enfermedad respiratoria y antecedente de viaje o contacto con un caso confirmado) debe ser aislado en domicilio y notificado al 113 del MINSA para el estudio correspondiente.
- Evalúa la necesidad de que los trabajadores realicen viajes de comisión. Si lo es, brindales información reciente sobre las zonas de propagación del virus y las recomendaciones de prevención.
- Facilita el acceso a servicios de salud para los trabajadores que presentan síntomas sospechosos de COVID-19.
- Toma en cuenta que puedes optar por la modalidad de teletrabajo.

¿Cuáles son los síntomas más frecuentes?

Es importante que todos podamos conocer las señales de alerta frente al coronavirus (COVID - 19). A continuación detallamos cuáles son:



Tos



Congestión
nasal



Dolor de
garganta



Dificultad
respiratoria



Fiebre

¿Estoy en riesgo de haber contraído el coronavirus (COVID-19)?

¿Tienes **dos o más** de los siguientes síntomas?

- Tos
- Dolor de garganta
- Dificultad para respirar
- Congestión nasal
- Fiebre



Si presentas **2 o más síntomas** y en los últimos 14 días has estado en contacto con un caso confirmado por COVID-19, has vuelto de viaje de un país con contagio de COVID-19 o resides en un distrito con casos confirmados de COVID-19.



Comúnicate a:
Línea gratuita MINSA: 113
Whatsapp: 952 842 623

Si cuentas con un plan de salud EPS de Pacífico, tienes los siguientes canales de apoyo:

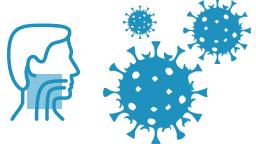
Orientación Médica telefónica y Médico a Domicilio: (01) 415-1515
Orientación virtual: Dr. Online (chat y teleorientación médica en la APP SANNA)
Información sobre coberturas:
(01) 513-5000



Los hospitales Dos de Mayo, Hipólito Unanue, Villa El Salvador, Sergio Bernales y Ate se encuentran preparados para atender a posibles pacientes, según el Minsa.

1 Caso Sospechoso

Si presentas 2 o más síntomas y en los últimos 14 días has estado en contacto con un caso confirmado por COVID-19, has vuelto de viaje de un país con contagio de COVID-19 o resides en un distrito con casos confirmados de COVID-19.



6 Cobertura

Paciente confirmado cuenta con cobertura de su seguro integral o plan de salud, bajo las condiciones establecidas en su póliza.



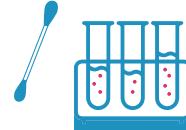
2 Notificación

Paciente se comunica con su proveedor de salud (clínicas, Médicos a Domicilio o MINSA) a través de los canales establecidos para informar sobre su estado de salud. El establecimiento de salud es responsable de la notificación de los casos sospechosos a las autoridades del MINSA.



3 Toma de Muestra

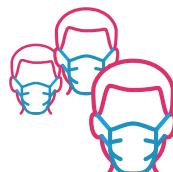
Puede ser por hisopado, prueba rápida (no se remite al INS para procesar) o prueba molecular (se requiere procesar y puede realizarse en laboratorios privados y clínicas, no solo en el INS).



¿Cuál es el flujo de atención para el coronavirus?

5 Respuesta ante caso confirmado

Los casos confirmados deben permanecer aislados en sus casas si es un cuadro leve o moderado; o mantenerse hospitalizados si es un caso grave o severo.



4 Confirmación o descarte:

Un médico será el encargado de confirmar o descartar el diagnóstico en base a los resultados de las pruebas y el cuadro clínico.



Contactos de emergencia

Para mayor facilidad, te detallamos todos los números con los que cuentas para mantenerte protegido frente al COVID – 19.

CORONAVIRUS (COVID-19)



MINSA:

Línea gratuita MINSA: 113
Whatsapp: 952 842 623



Dr. Online*:

chat y videollamada
de lunes a viernes
de 9 a.m. a 9 p.m.

* Servicio ofrecido en el APP SANNA.



Central telefónica:

(01) 415-1515

Información sobre coberturas:

(01) 513-5000



pacifico