

# COVID-19 SI ERES MAYOR DE 60 AÑOS,

estas recomendaciones son para ti.

**En SURA queremos que te asegures de cambiar tus hábitos.**

¡Queremos cuidarte! Por esto, te damos las siguientes recomendaciones especiales para que afrontemos juntos esta situación y para que **conozcas las distintas opciones** que hemos dispuesto. Con ellas, no tendrás que desplazarte hasta nuestros centros de salud.

## RECOMENDACIONES GENERALES



**1 Quédate en casa**, es hora de cuidarte más de lo necesario.



**2 Haz mercado por medios telefónicos**, pídelo a domicilio o a alguien cercano que te ayude con las compras.



Sabemos que las ceremonias religiosas son muy importantes para ti, pero intenta **escucharlas por televisión**.



**4** Sal de tu casa solo en situaciones necesarias. Es importante **evitar los lugares con mucha gente, mantener la** distancia mínima de un metro y cambiar la forma en la que saludas, evitando los besos, los abrazos y dar la mano.



**5 Mantén tus manos limpias**, lávalas con agua y jabón constantemente. No dejes pasar más de dos horas sin lavarte las manos.



**6 Trata en lo posible de no llevar tus manos a la cara**, no te toques la boca, la nariz o los ojos.



Cuando tengas que tocar superficies como barandas, mesas, pasamanos, llaves, entre otras, **lávate las manos lo más pronto posible. Además, desinfecta constantemente los objetos de uso frecuente.**



**8 No te automediques.**



**9** Si tienes síntomas respiratorios, te recomendamos **utilizar una mascarilla o tapabocas.**

**Si presentas síntomas como fiebre, cansancio, tos seca, congestión nasal, dolor de garganta o diarrea;** si vienes de Alemania, China, Corea del Sur, Ecuador, España, Estados Unidos, Francia, Irán, Italia o Japón, o tienes contacto con personas que vienen del extranjero, **consulta en cualquiera de nuestros servicios virtuales: Atención Virtual en Salud o llama a las líneas que tenemos dispuestas para ti. Si no sabes cómo hacerlo, pídele ayuda a alguien cercano.**

## Para recibir Atención Virtual en Salud, sigue estos pasos:

**1. Descarga e ingresa a la App Seguros SURA.**

**2. Regístrate con tus datos personales.**

**3. Selecciona Atención Virtual en Salud.**

**En caso de requerir atención por los síntomas presentados, vamos hasta tu casa para atenderte:**

- **Atención médica a domicilio\***
- **Toma de muestra a domicilio\***

\*Exclusivo para usuarios póliza de salud de acuerdo al plan contratado.

**Antes de presentarte en nuestras IPS o servicios de urgencias,** te recomendamos contactarnos a través de **Atención Virtual en Salud,** podemos orientarte de la mejor manera.

O llámanos a nuestra línea de atención 4378888 en Medellín y al 01800051888 en el resto del país o también puedes marcar gratis desde tu celular al #888.

**Si no eres cliente SURA, te invitamos a comunicarte con los canales que ha dispuesto tu compañía y seguir los protocolos que ha dispuesto tu entidad de salud.**

**Estamos haciendo lo mejor para prestarte una atención de calidad, y para esto necesitamos tu ayuda.**

**¡Quédate en casa!**



Descarga o actualiza aquí nuestra **App Seguros SURA** disponible en:



Asegúrate de vivir

