



# Breves

Gerencia de Comunicaciones y Asuntos Corporativos

**nueva**  
eps  
gente cuidando gente

## ¡En vacaciones, la lluvia puede ser un desafío para tu salud!

**País, 5 de enero de 2023** – Con la llegada del primer puente festivo del año, sumado a la presencia de lluvias y bajas temperaturas, aumentan también los casos de enfermedades respiratorias, debido a la alta exposición a ambientes concurridos, lo que implica un incremento en la posibilidad de sufrir cuadros gripales.

Aunque las lluvias son revitalizantes para la naturaleza, pueden acarrear riesgos para la salud generando enfermedades respiratorias, como resfriados y síntomas gripales, que encuentran un terreno fértil en los cambios climáticos. La humedad y los cambios bruscos de temperatura pueden agravar los problemas respiratorios existentes, exponiendo a las personas a mayores riesgos.

Adicionalmente, las inundaciones y aguas estancadas pueden contaminar el suministro de agua, lo que aumenta la probabilidad de contraer enfermedades gastrointestinales como diarrea, cólera o hepatitis A. Asimismo, la humedad constante puede propiciar afecciones de la piel e incrementar el riesgo de enfermedades vectoriales transmitidas por mosquitos, como el dengue o la malaria.

Ante este contexto, el área de Promoción y Prevención de NUEVA EPS entrega una serie de recomendaciones para evitar el desarrollo de enfermedades asociadas al cambio de clima durante este puente festivo:

### **Cuidado de la piel**

- Protege tu piel de la humedad constante con cremas hidratantes y utiliza repelente de insectos para evitar picaduras que puedan transmitir enfermedades.

### **Vacunación al día**

- Verifica que estén al día tus vacunas, especialmente la vacuna contra la influenza, para prevenir enfermedades respiratorias.

### **Protección contra la lluvia**

- Utiliza ropa adecuada para la lluvia, como impermeables y calzado resistente al agua, para evitar enfermedades relacionadas con la exposición a la humedad.

### **Lavado de manos**

- Un buen lavado de manos debe durar entre 40 y 60 segundos, mínimo ocho veces durante la jornada. El lavado de manos debe incluir las muñecas, coloque una mano sobre la otra, intercale los dedos y frote bien por los dos lados de la mano.



# Breves

Gerencia de Comunicaciones y Asuntos Corporativos

**nueva**  
eps  
gente cuidando gente

## **Tapabocas**

- Debe procurar utilizarlo en espacios cerrados así no sea obligatorio, solo quitarlo para momentos especiales como la hora de la cena o algún tipo de compartir que amerite retirarlo, es vital que cubra apropiadamente nariz y boca, sin dejar espacios entre la piel y el tapabocas.

## **Alimentos seguros**

- Consume alimentos frescos y asegúrate de que estén bien cocidos para prevenir enfermedades gastrointestinales. Evita alimentos de dudosa procedencia.

## **Evitar zonas inundadas**

- Mantente alejado de áreas propensas a inundaciones para prevenir accidentes y enfermedades transmitidas por el agua estancada.

## **Atención médica oportuna**

- Ante cualquier síntoma o malestar, busca atención médica de inmediato. No subestimes señales como fiebre, tos persistente o problemas gastrointestinales.

Recuerda que del cuidado que se tenga frente a los síntomas depende directamente que sea una simple gripa y no una hospitalización forzada.

## **NUEVA EPS, trámites a un clic**

**País, 5 de enero de 2023** – La APP NUEVA EPS Móvil es una plataforma para solicitar y consultar autorizaciones de manera virtual a través de cualquier smartphone. Mediante la instalación en su dispositivo móvil podrá gestionar todas las autorizaciones que normalmente solicitaba en la oficina.

**¿Cómo la encuentro?** Esta APP se encuentra disponible en las tiendas de aplicaciones de los teléfonos móviles (Play Store, App store), con las palabras NUEVA EPS móvil. Una vez hecha la descarga se deberá crear un usuario y contraseña. Aquí podrá encontrar un tutorial para utilizarla: <https://www.nuevaeps.com.co/Instructivo-Aplicacion>

En la App también encontrarán un chat para responder todas sus inquietudes.

Recuerde que, a través de la aplicación móvil, usted también puede realizar la transcripción de sus incapacidades.



# Breves

Gerencia de Comunicaciones y Asuntos Corporativos

**nueva**  
eps  
gente cuidando gente

## Trámites en Línea

A través de la página web <https://www.nuevaeps.com.co/personas/canales-no-presenciales-ecosistema-de-servicios> los usuarios pueden consultar sus preautorizaciones, descargar sus certificaciones de afiliación, realizar la consulta de semanas cotizadas y la solicitud de pago de sus incapacidades. Tan solo basta con entrar con el usuario y contraseña creado, para tener acceso a todos los servicios.