



Breves

Gerencia de Comunicaciones y Asuntos Corporativos

nueva
eps

gente cuidando gente

Ahora desde el #961, afiliados de NUEVA EPS recibirán información y atención Exclusiva por COVID – 19

Juntos podemos prevenir la propagación del coronavirus

Pensando en tu bienestar, NUEVA EPS ha habilitado la línea de atención exclusiva para el manejo de casos sospechosos o confirmados de COVID – 19.

#961 nueva eps

Solo aplica para operadores:

tigo Claro M

Si presentas los siguientes síntomas:

- Fiebre de difícil control
- Debilidad
- Tos seca
- Dificultad para respirar

Comunícate de manera inmediata y nuestros asesores te entregarán la orientación correspondiente.
¡Recuerda! esta línea está habilitada solo para casos confirmados o de sospecha de COVID -19, para otro tipo de información puedes comunicarte con nuestras líneas a nivel nacional!

Régimen Contributivo: 01 8000 95 4400
Régimen Subsidiado: 01 8000 95 2000

Todos somos gente cuidando gente

Juntos podemos prevenir la propagación del coronavirus

Pensando en tu bienestar, NUEVA EPS ha habilitado la línea de atención exclusiva para el manejo de casos sospechosos o confirmados de COVID – 19.

#961 nueva eps

Solo aplica para operadores:

tigo Claro M

Si presentas los siguientes síntomas:

- Fiebre de difícil control
- Debilidad
- Tos seca
- Dificultad para respirar

Comunícate de manera inmediata y nuestros asesores te entregarán la orientación correspondiente.
¡Recuerda! esta línea está habilitada solo para casos confirmados o de sospecha de COVID -19, para otro tipo de información puedes comunicarte con nuestras líneas a nivel nacional!

Régimen Contributivo: 01 8000 95 4400
Régimen Subsidiado: 01 8000 95 2000

Todos somos gente cuidando gente

País, 03 de abril de 2020: Ahora, desde el numeral #961 de su teléfono celular, los afiliados de NUEVA EPS de todo el país podrán recibir información relacionada con COVID – 19 y de tener sospecha (debido a que presenta síntomas) serán orientados. En esta primera fase, los operadores que tendrán habilitada esta línea de contacto serán, Movistar, Claro y Tigo, en los cuales se concentra la mayoría de los usuarios.

Tanto comunicarse, como acceder al menú es muy sencillo. Desde su móvil marque el numeral #961 y esté atento a las opciones que se desplegaran. Si requiere información en general del nuevo virus COVID – 19, deberá escoger **la opción 1**, y conocer que son los coronavirus, los síntomas, información de cómo prevenir el coronavirus y cuál es el tratamiento y manejo si lo contrae. |

Si presenta síntomas relacionados con COVID – 19; fiebre mayor a 38° grados, tos, dolor de garganta, debilidad, dificultad para respirar, secreciones nasales y considera que requiere atención, marque **la opción 2**. Paso seguido un asesor integral de NUEVA EPS, lo remitirá con un médico, quien por pertinencia definirá, el protocolo a seguir (visita y/o toma de prueba).



Breves

Gerencia de Comunicaciones y Asuntos Corporativos

nueva[®]
eps
gente cuidando gente

También encontrará la **opción 3**, para aquellos afiliados que estuvieron en las zonas de propagación del virus o hayan tenido contacto directo con alguna persona diagnosticada.

Recuerde que esta línea solo está habilitada para información y casos confirmados o de sospecha por Coronavirus COVID – 19, si requiere otro tipo de información puede comunicarse a las líneas gratuitas nacionales, Régimen Contributivo: 018000 954400 y Régimen Contributivo: 018000 952000

¿Por qué el aislamiento en casa es tan importante?

País, 03 de abril de 2020: Mucho han insistido los Organismos internacionales y los Gobiernos locales, en diferentes medidas para contrarrestar el contagio de la coronavirus COVID – 19, entre ellas el lavado constante de manos con agua y jabón, el uso de tapabocas, pero sobre todo el aislamiento o cuarentena, inclusive declarándolo obligatorio.

Se estima que, 3.500 millones de personas en el mundo se encuentran aisladas, en países de todos los continentes, con una gran participación en Estados Unidos y Europa, éste último continente que ha tenido en España e Italia, dos países con afectaciones lamentables, en términos de contagiados y fallecidos.

Se presume que el impacto fue mayor, al no acatar el aislamiento preventivo desde la fase de contención, lo que pudo acelerar e incrementar a miles, la curva de contagiados. En Colombia, desde el pasado 24 de marzo, la cuarentena se declaró obligatoria, sin embargo, las cifras siguen subiendo.

Desde la Dirección Científica de NUEVA EPS, se generaron una serie de recomendaciones y respuestas, que debe tener en cuenta la ciudadanía en general, y que permiten entender y aclarar un poco más, la verdadera importancia de quedarse en casa, mucho más por la fase de mitigación a la que ha llegado el país:

¿Qué es aislamiento domiciliario (cuarentena)?

Es una restricción de las actividades que se realizan habitualmente fuera del domicilio, para prevenir el contagio del COVID 19 en personas sanas. También es una medida de tratamiento para aquellas personas que estuvieron expuestas al virus, y que actualmente no tienen síntomas pero que pueden desarrollar la enfermedad y por lo tanto transmitirla a otras personas.

¿Durante el aislamiento domiciliario tengo restricción de actividades de esparcimiento dentro de mi hogar?

No, el aislamiento domiciliario (cuarentena) es una medida de prevención de salud pública para la prevención de COVID-19 en personas sanas. Por lo que, dentro de su hogar puede realizar sus actividades habituales. Recuerde comer saludablemente, realizar algún tipo de



actividad física dentro de su casa y conversar, por ejemplo, por vía telefónica o videollamadas con sus familiares y amigos cercanos para evitar sensación de soledad.

¿Puedo trabajar?

Recuerde que usted está en aislamiento domiciliario (cuarentena) de manera preventiva y si no tiene síntomas, puede realizar teletrabajo si su ocupación lo permite.

¿Qué cuidados debo tener durante el aislamiento domiciliario (cuarentena)?

1. No salir del hogar, no invitar ni recibir visitas, ni realizar o participar de eventos sociales, tales como fiestas y encuentros.
2. Mantener un metro de separación de los otros miembros del hogar cuando se encuentre en compañía.
3. Mantener las medidas básicas personales, entre ellas una higiene de manos frecuente con agua y jabón.
4. No compartir artículos de higiene personal, ni de alimentación, con otros habitantes del hogar.
5. Si lo requiere, usar pañuelos desechables y eliminarlos en bolsas plásticas dentro de un basurero con tapa.
6. En caso de estornudar o toser, cubrir la nariz y boca con pañuelo desechable o el antebrazo.
7. Limpiar y desinfectar frecuentemente superficies que toca a diario con desinfectantes que contengan soluciones como cloro, alcohol o similar. La concentración de cloro se obtiene con una cucharada de cloro doméstico en un litro de agua fría.
8. Lavar la ropa, lencería de cama, toallas, entre otras, usando detergente de uso común o lavadora. Si no tiene, lave a mano con su detergente habitual.

Cuidado con posibles intoxicaciones en Semana Santa

País, 03 de abril de 2020: Colombia es considerado un país de tradiciones en las diferentes épocas del año y aunque la Semana Santa que se aproxima no tiene antecedentes, pues las acostumbradas aglomeraciones que regularmente se ven en procesiones e iglesias estarán prohibidas por el aislamiento obligatorio, es probable que muchas personas acudan a la acostumbrada vigilia e incrementen el consumo de pescado.

Aunque la recomendación principal es evitar salir de casa, muchos colombianos acudirán al servicio de domicilios para adquirir dichos alimentos, por eso es importante tener en cuenta las siguientes recomendaciones que entrega NUEVA EPS para evitar posibles intoxicaciones por alimentos en descomposición o mal preparados, aún más entendiendo, que se debe minimizar la necesidad de acudir al servicio hospitalario.



Es claro que el pescado y en general los productos de mar, frecuentemente son los que más se consumen durante la Semana Santa, por tal razón tenga muy presente estos consejos a la hora de adquirirlo o encargarlo:

- Certifique que el producto provenga de un lugar de confianza, que garantice su idoneidad, desde la procedencia, pasando por el manejo (cadena de frío), hasta la manera como lo comercializan. En dado caso que se presente un inconveniente, tendrá quién le responda.
- Específicamente en el pescado, debe estar atento a ciertos rasgos que pueden indicar la condición del producto.
 - **Ojos:** que estén presentes dentro del lugar que les corresponde, que sean firmes, brillantes, que tengan la pupila oscura y que no presenten ningún color extraño.
 - **Agallas:** que no presenten sustancias viscosas ni olores muy fuertes. Que sean de color homogéneo rojizo y que conserven cierta humedad.
 - **Cuerpo del pescado:** debe estar firme y adherido al hueso, que al pasar la mano conserve su estado natural y no se deslice o se peque a los dedos.
 - **Escamas:** deben presentar consistencia y firmeza entre ellas, si están viscosas no es un buen síntoma.
 - **Piel:** firme, húmeda, tersa, adherida al músculo, sin arrugas ni laceraciones
 - **Olor:** si bien es cierto el pescado tiene un olor característico, este no debe ser muy fuerte. Este es el principal indicador del estado del producto.

¿Qué precauciones debemos tener a la hora de preparar el pescado?

Un fenómeno que se da muy a menudo es la contaminación cruzada, que sucede al quitarle las escamas a los pescados y estas se mezclan con los otros alimentos (verduras, cereales, etc). Para evitarla es fundamental preparar el pescado de manera cuidadosa e individual, y posteriormente preparar los complementos.

Conserve el producto en recipientes herméticos hasta la hora de ponerlos a cocinar, no los exponga por un tiempo prolongado al ambiente pues la presencia de bacterias, sumado a la condición propia del pescado, puede que degeneren en rápida descomposición del mismo.

No deje alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de dos horas, ni descongele a temperatura ambiente.