

AMAR

FACILITA LA VIDA Y MEJORA LA SALUD

MÁS PREVENCIÓN = MENOS PREOCUPACIÓN

Instrucciones para prevenir la gripa

Para cuidarse

Si se siente o está enfermo, evite el contacto con otras personas, protéjase del frío.

Para toser

Si va a toser o estornudar cubra su nariz y boca con un pañuelo desechable o de tela, si no tiene uno, no use la mano, cúbrase con el brazo.

Para después de toser

Si tiene gripa, lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser o estornudar.

Recuerde las líneas de información gratuita del Ministerio De la Protección Social para solicitar información acerca del virus de la influenza A H1N1

A nivel nacional: 01 8000 111 758
Secretaría Distrital de Salud de Bogotá: 123
Bogotá: 587 9030

¿SABÍA USTED?

Muchos de los beneficios actuales en nuestras sedes se originaron por sugerencias depositadas por los usuarios en nuestros buzones.

Ayúdenos a lograr la excelencia en el servicio.

Sus opiniones son muy importantes para nosotros y siempre son tenidas en cuenta como posibilidades para mejorar.



TARIFAS DE VACUNACIÓN

Cooimea Medicina Prepagada en sus Unidades de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad UPP del país, presenta las siguientes vacunas y te ofrece variedad en las tarifas de acuerdo al grupo al cual pertenencias.

HAY UNA MANERA MÁS FÁCIL DE PROTEGERLOS
Vacune la familia hoy mismo en Cooimea

DESCRIPCIÓN	USUARIOS CDP COLECTIVOS	USUARIOS COOIMEA UPA-ASOCIADOS	PARTICULAR
NEUMOCOCCO (NIÑOS)	\$ 194.000	\$ 213.500	\$ 223.000
HEPATITIS B	\$ 15.000	\$ 16.500	\$ 17.500
NEUMOCOCCO (ADULTOS)	\$ 84.000	\$ 92.500	\$ 96.500
HEPATITIS A (NIÑOS)	\$ 64.800	\$ 66.500	\$ 73.500
HEPATITIS A (ADULTOS)	\$ 64.000	\$ 70.500	\$ 73.500
HEPATITIS A+B	\$ 85.000	\$ 93.500	\$ 97.500
INFLUENZA	\$ 28.000	\$ 30.500	\$ 32.500
DIFTERIA TOSFERINA TÉTANOS	\$ 60.000	\$ 66.000	\$ 69.000
VARICELA	\$ 60.000	\$ 68.000	\$ 72.000
SARAPIÓN RUBICOLA PAROTIDITIS	\$ 52.000	\$ 57.500	\$ 59.500
FIEMRE TIFOIDEA	\$ 63.500	\$ 69.500	\$ 73.000
ANTITÉTANICA	\$ 8.000	\$ 8.500	\$ 9.500
DIFTERIA-TÉTANOS-TOSFERINA-HEPATITIS B-POLIOCOMULET Y HAEMOPHILUS INFLUENZA TIPO B	\$ 140.000	\$ 154.000	\$ 161.000
DIFTERIA-TÉTANOS-TOSFERINA-POLIO INACTIVADO Y HAEMOPHILUS INFLUENZA TIPO B	\$ 85.000	\$ 93.500	\$ 97.500
DIFTERIA-TÉTANOS-TOSFERINA-POLIOCOMULET	\$ 60.000	\$ 66.000	\$ 69.000
VPH CERVICAR	\$ 349.000	\$ 364.000	\$ 371.000
VPH GARDASIL	\$ 365.000	\$ 381.500	\$ 389.750
ZARIMENINGOCOCALINE	\$ 48.000	\$ 52.500	\$ 55.500
ANTIDIFTERICA-ANTITÉTANICA	\$ 14.000	\$ 15.500	\$ 16.000

LA FAMILIA

La familia es aquel sitio donde uno deja de ser solitario fugitivo. La familia es el eterno retorno a uno mismo, el pasado y el destino. Es la piedra fundamental de quienes somos, lo que seremos. Es el fuerte que siempre resiste los dolores, lo que tenemos. La familia es fuente de amor inagotable, y sentido del amor mismo. La familia es el poema de todos los poemas de amor jamás escritos. Es el grupo de personas que la conforman, y cada una de ellas. Es con quien compartir pasiones e intrigas, triunfos y tristezas. La familia es un centro de poder, y ese poder es la confianza. La familia existe adentro nuestro aunque quiera que no haya. Es la camaradería de un hermano, el ceno funido del padre. Es aventuras de primos, paciencia de abuela, cariño de madre. La familia es todo lo que importa confiar, creer y mantener. La familia es lo más venerable, lo que nos hace crecer. Es todo esto y tantas cosas más, es fuego, agua, tierra y viento. Es norte cuando estamos perdidos, descanso, palabra de aliento.

(Fernando Miguel Carabobo, Bolivia)



CÓMO LAVARSE LAS MANOS CON AGUA Y JABÓN

1. Humedezca las manos con agua.



2. Aplique suficiente jabón para cubrir toda la superficie de las manos.

3. Frote las manos palma con palma.

4. Coloque la mano derecha encima del dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos, y viceversa.

5. Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos con los dedos entrelazados.

6. Apriete el pulgar izquierdo de la mano circundando. Frote la mano con el resto de los dedos.

7. Limpe sus uñas.

8. Enjuague sus manos con agua y séquelas con una toalla desechable.

9. Use la toalla para cerrar la llave del agua.



Las manos limpias salvan vidas.

LÍNEAS LOCALES CENTRO DE CONTACTO MEDICINA PREPAGADA

LÍNEAS GRATUITAS: 01 8000 111 666

CALLI 318 13 33 - CALLI TELÉFONO INTELIGENTE 524 24 66 - BARRANQUILLA 368 34 34 - MEDELLÍN 514 91 80 - BOGOTÁ 420 59 51



Cooimea

Nos facilita la vida

Medicina Prepagada