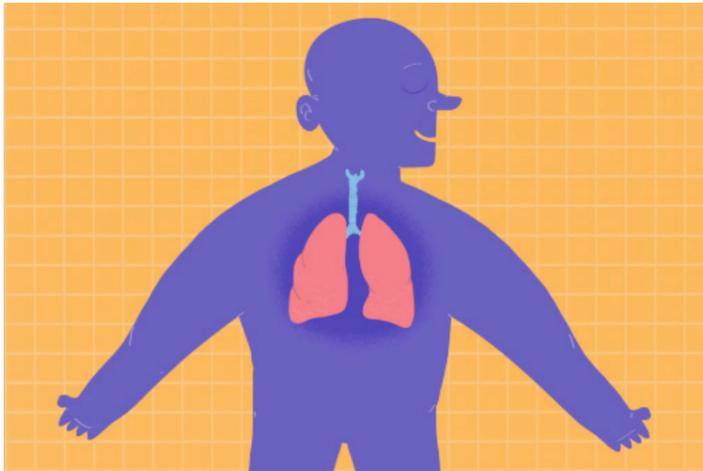


Salud Respiratoria - Serie de correo electrónico

A continuación, encontrará contenido e imágenes redactados previamente que se pueden usar en una campaña de correo electrónico para ayudar a educar a los empleados sobre la salud respiratoria. No dude en compartir esto con sus empleados; También puede incluir información sobre cualquier servicio de telesalud (si está disponible) y otras características del plan de salud.



correo electrónico 1



Salud Respiratoria

La respiración es tan natural que es fácil dar por sentados los pulmones; no deberíamos porque los pulmones son el centro del sistema respiratorio. Su trabajo número uno es la respiración. La respiración implica llevar oxígeno al torrente sanguíneo para ayudar al cuerpo a mantenerse vivo y saludable, mientras se elimina el dióxido de carbono, un producto de desecho de la respiración.

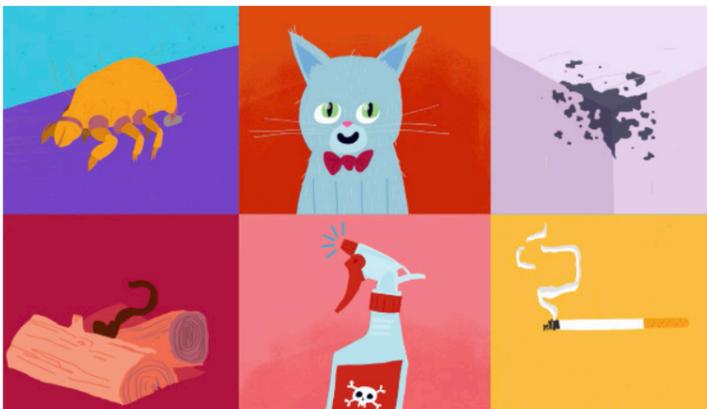
Durante los próximos días, le proporcionaremos información por correo electrónico sobre cómo identificar y controlar los síntomas de las enfermedades respiratorias. Mientras tanto, lo invitamos a ver este video para conocer las causas, los factores de riesgo y la prevención:

www.geb.com/employee-benefits/health/health-resource-centre/health-kits/respiratory-illness-spanish

Esta campaña es presentada por la Red de Beneficios para Empleados de Generali **geb.com**

La información no está diseñada para brindar asesoramiento médico. Las personas deben consultar a su propio profesional de la salud para obtener orientación sobre todos los asuntos de salud.

correo electrónico 2



Enfermedad Respiratoria: factores que afectan su capacidad para respirar con facilidad

Muchos factores diferentes pueden afectar su capacidad para respirar con facilidad, incluidos los irritantes ambientales como el polvo y los ácaros del polvo, la caspa de las mascotas, el moho y los hongos, el humo de madera, los productos químicos y los olores o perfumes químicos, el tabaquismo y el fumador pasivo. Además, las afecciones médicas como las alergias, las infecciones respiratorias y los factores genéticos pueden hacerlo más susceptible a las enfermedades respiratorias.

Estén atentos para obtener más información sobre cómo protegerse de las enfermedades respiratorias.

Esta campaña es presentada por la Red de Beneficios para Empleados de Generali **geb.com**

La información no está diseñada para brindar asesoramiento médico. Las personas deben consultar a su propio profesional de la salud para obtener orientación sobre todos los asuntos de salud.

correo electrónico 3



Enfermedad Respiratoria: cómo protegerse

Aquí hay algunas sugerencias para ayudarlo a respirar más fácilmente:

Cuando esté en casa:

- Conviértalo en un espacio libre de humo
- Probar la presencia de radón e implementar un sistema de mitigación de radón (el radón es una causa conocida de cáncer de pulmón)
- Use un deshumidificador o aire acondicionado para mantener los niveles de humedad por debajo del 50% para desalentar el crecimiento de moho y hongos.
- Mantenga alejadas a las plagas y los roedores limpiando las superficies, cubriendo los contenedores de basura y almacenando los alimentos en recipientes cerrados.
- Utilice productos de limpieza naturales para evitar la exposición a productos químicos y olores químicos;
- Reducir su propia huella de carbono para ayudar a reducir la contaminación en general.

Y cuando salgas:

- Consulta el aviso diario sobre contaminación
- Evite hacer ejercicio al aire libre en los días en que la contaminación es severa y siempre evite hacer ejercicio cerca de carreteras con mucho tráfico.
- Use una máscara cuando no pueda distanciarse socialmente para protegerse a sí mismo y a los demás

Manténgase alerta para mantener sus pulmones sanos y podrá respirar con tranquilidad.

Esta campaña es presentada por la Red de Beneficios para Empleados de Generali **geb.com**

La información no está diseñada para brindar asesoramiento médico. Las personas deben consultar a su propio profesional de la salud para obtener orientación sobre todos los asuntos de salud.