

¿Crees tener COVID-19? Si eres del Tec, usa estos recursos



¿Trabajas en el [Tec de Monterrey](#), tienes los síntomas de **COVID-19** o tu [prueba](#) ya salió positiva y no sabes qué hacer?

Si eres **colaborador** o **profesor**, la institución te acompaña a enfrentar esta situación con un **proyecto de acompañamiento**.

Alejandro Trujillo, líder COVID para colaboradores de Talento y Experiencia del Tec, platica a CONECTA que la institución tiene un **protocolo para casos COVID**.

*“Es un servicio integral porque hay **apoyo en temas de salud y psicoemocional**”, explica.*



width="900" loading="lazy">

Entre las acciones que ha emprendido el Tec para apoyar a sus colaboradores están el **seguimiento diario** de la salud a través del área de Servicio médico de campus y **apoyo emocional** a través de la [línea TQueremos](#).

Esta es una [línea de apoyo gratuita \(800 813 9500\)](#) que funciona las 24 horas los 365 días del año.

El programa de acompañamiento se da tanto a colaboradores y profesores que están [trabajando desde casa](#), como a quienes ya se encuentran en algún campus del Tec.

¿Qué hago si empiezo a sentir los síntomas del COVID-19 en casa?

Trujillo platica que los colaboradores que trabajan en casa y que comiencen a sentir síntomas de la enfermedad como **fiebre, tos seca o dificultad para respirar**, pueden recibir **apoyo** de dos maneras:

- A través de la app SAP Fiori Client

“Si empiezas a presentar sintomatología, en la aplicación hay un botón que se llama **SOS COVID**, si tú lo pulsas automáticamente te referencia a la **línea TQueremos** para que pueda empezar tu seguimiento”, señala.

- Contacta a tu líder y a tu generalista

“Como colaborador o profesor le hablo a mi líder y a mi generalista, e inmediatamente detonamos el **protocolo de seguimiento** con Servicios Médicos en campus”, dice.

- Comunícate a TecSalud (solo en Monterrey)

Puedes comunicarte vía WhatsApp al [81 8888 0775](tel:8188880775) o mandar un correo a covid19@tecsalud.mx.

“Puedes hablar directamente para recibir atención; encuentra más información en el portal Tec.mx, en el micrositio [Regreso Consciente](#)”.



width="900" loading="lazy">

- Pero, ¿y si ya regresé a trabajar a un campus?

En caso de que seas de los colaboradores que ya regresaron a los campus, como por ejemplo, personal administrativo, de seguridad o de mantenimiento, puedes acudir al **Módulo de Atención Primaria** en el campus (**MAP**).

*“No es el consultorio médico, el **MAP es el módulo COVID**. Ahí te canalizan si llegas a desarrollar síntomas cuando estés en el campus para una valoración presencial, pero solamente cuando estás trabajando”, añade.*

- Espera la llamada de servicios médicos del campus

Cuando inicia el protocolo, recibirás una llamada telefónica de servicios médicos de campus, quienes luego de una valoración de tus síntomas te podrán sugerir hacerte la [prueba de detección](#) de COVID-19 por PCR.

“Quién decide eso es servicios médicos de campus, ellos hacen ese seguimiento, porque a lo mejor no tienes COVID, sino que puede ser alergia o influenza; del mismo modo te pueden decir que vayas a un hospital o a emergencias, porque estás mal”, dice.

- ¿Qué pasa si necesitas la prueba?

Trujillo explicó que como colaborador del Tec tienes [precio preferencial](#) en laboratorios para hacerte la prueba de detección de COVID-19.

“La prueba para detectar el COVID por PCR, autorizada por la COFEPRIS, es costosa; hemos establecido convenios con laboratorios a nivel nacional para que a la comunidad Tec le cueste menos el poder realizarse esta prueba”, comenta.

- Verifica si tienes apoyo para hacerte la prueba

“A nivel nacional estamos apoyando a la gente que está viniendo al campus y que les llamamos *frontliners*, que son personal de seguridad, jardines, aseo, mantenimiento, servicio médico, guardería y soporte TI en campus.

*“Estas personas que están viniendo a diario y que es gente que normalmente tiene ingresos bajos, los apoyamos **solamente a ellos** con la aplicación de las pruebas PCR”.*

Si tu prueba salió positiva

- Notifica a tu líder y a tu generalista

Si todavía no informas a tu líder o a tu generalista, o no has hecho el llamado **SOS COVID** a través de la app **SAP Fiori Client**, es el momento de hacerlo.

*“Cuando ya tienes una prueba confirmatoria, servicios médicos de campus comienza con un **seguimiento diario** de la evolución de tus síntomas; no te va a recetar, sino que tú te tienes que atender.*

*“Cuando vas al hospital ya te dicen si eres **ambulatorio** o ya no te dejan salir; si eres ambulatorio entonces empiezas tu tratamiento y servicios médicos de campus le va dando seguimiento a tus síntomas y cómo vas evolucionando”, señala Trujillo.*

- Recibe asesoría para tramitar tu incapacidad

Alejandro explica que si tus síntomas de COVID son mínimos o eres asintomático podrás **continuar trabajando desde casa**, pero si te sientes mal y necesitas reposo, tu generalista te asesora para **solicitar tu incapacidad**.

*“Hay casos donde la enfermedad te tumba. Entonces a través de tu generalista te apoyamos en asesorarte para que sepas cómo tienes que hacer el **trámite de la incapacidad del [IMSS](#)**”.*

*“Muchos dicen que no quieren ir al trámite presencial, pero está **disponible en línea**; el máximo de días que te está dando al Seguro Social de **incapacidad son 10**”, explica.*

- ¿Estás preocupado? Comunícate a TQueremos

No importa si es de madrugada y de repente comienzas a preocuparte, puedes contactar la [línea TQueremos](#). disponible las 24 horas los 7 días de la semana de manera gratuita para apoyarte con la asesoría de expertos.

“Tenemos el apoyo emocional a través de la línea TQueremos. Ahí tu puedes hablar para cuestiones de apoyo psicológico o también por si te sientes mal físicamente y necesitas asesoría”, explica Trujillo.

Además de colaboradores y profesores, la línea TQueremos está disponible para estudiantes de prepa, profesional y posgrado, así como padres de familia en todo el país.

Llama a la línea de apoyo: 800 813 9500



width="900" loading="lazy">

Si necesitas hospitalización

- Asesoría con tu seguro de gastos médicos mayores

Tu generalista te ayudará a resolver tus dudas sobre el uso del **Seguro de Gastos Médicos Mayores**, como por ejemplo, en qué hospitales aplica.

“Siempre hemos hecho mucho énfasis en que el seguro de gastos médicos mayores institucional cubre la parte de la COVID-19; obviamente les recordamos y asesoramos sobre todo lo que conlleva.

“¿Qué hacemos? Les pedimos que se pongan en contacto con [AXA Seguros](#) para revisar todo esto y que siempre tengan la asesoría de la gente de Administración de Riesgos del Tec”, señala.

- Tranquilo, tu familia no estará sola

Trujillo platica que en **casos severos de COVID-19**, en el momento en el que el colaborador o profesor ingresan a un hospital, un generalista se pondrá en **contacto con tu familia**.

“Cuando la persona es internada o incluso llega a ser intubada, te sedan y ya no estás consciente, entonces el equipo de generalistas se comunica con la familia, para llevar una evolución del paciente y estar en contacto con servicios médicos de campus.

“En caso de que la persona llegue a fallecer los acompañamos en toda la asesoría para trámites de seguro de vida, procesos de indemnización por muerte, y seguros de defunción. Incluso sugerir servicios de tanatología para afrontar el duelo”, explica.



width="900" loading="lazy">

Después de recuperarte, pide tu alta médica para reincorporarte

Para que puedas regresar a las actividades presenciales en el Tec es necesario que el servicio médico de campus te dé el **alta médica**.

Debes tener en cuenta que durante el seguimiento de tu caso el equipo médico te puede solicitar hacerte **una o incluso dos pruebas adicionales** para que puedas regresar de manera segura.

*“Con el líder nacional de servicio médico, el doctor Martín de la Cruz, estamos viendo la carta que se va a estar **entregando a profesores y colaboradores para el alta médica**.*

*“**Con esa carta, esa alta médica, tú te vas a poder reincorporar; hay que dejar muy claro que es muy diferente a la alta que te pueda dar el IMSS, eso es diferente**”, explica Trujillo.*

¡Atención! Mantén actualizado tus datos

Tener tu información actualizada al día es necesario para poder darte un mejor servicio, dice Trujillo, por lo que sugiere ponerte al corriente con tu **teléfono de contacto** y el de tu **familia**, y verificar que las **firmas en tus pólizas** estén en orden.

Para revisarlo puedes revisar tu perfil en [Mi Espacio](#) y preguntar a tu generalista.

“Nos aseguramos que todos los documentos estén, hacemos muchas campañas de actualización de datos porque hay veces que no están firmadas las pólizas de seguro de vida, las pólizas de beneficiarios de caja de ahorro o de fondo de ahorro.

*“Es bien difícil si la persona si llega a fallecer (y los documentos no están en orden) porque tienes que entrar en un **juicio** y ahí nosotros ya no podemos hacer nada”, considera.*

SEGURAMENTE QUERRÁS LEER TAMBIÉN:

ESTE ES EL ESPECIAL DE CONECTA CON NOTAS SOBRE EL CORONAVIRUS:

EL ESPECIAL DE CONECTA CON NOTAS SOBRE LA CUARENTENA:

Y EL ESPECIAL DE CONECTA SOBRE LO QUE HACE EL TEC EN ESTA PANDEMIA: