



CÓMO AFRONTAR DE FORMA SALUDABLE LA CRISIS DEL CORONAVIRUS

Junta de Andalucía

Consejería de Salud y Familias

La situación actual de emergencia sanitaria por el brote de coronavirus, que incluyen medidas de aislamiento y confinamiento, supone un enorme reto para toda la sociedad, pero gracias al esfuerzo de todos saldremos de ella mucho más fortalecidos.

Las reacciones emocionales adversas que son esperables ante una situación con ésta pueden afrontarse de manera saludable. Asimismo, pese al aislamiento y las restricciones de la movilidad, podemos mantener hábitos de vida saludable.

Con esta finalidad, la Consejería de Salud y Familias pone a disposición de la ciudadanía una serie de recomendaciones para afrontar de manera saludable la actual situación de emergencia por el brote de coronavirus.

Para acceder a estos consejos, pinchar en este enlace: <http://lajunta.es/29obk>



Estas recomendaciones están también disponibles a través de los portales web de los siguientes programas de prevención y promoción de la salud:



FOMENTO DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE A TRAVÉS DE SOLUCIONES DIGITALES