

AGOSTO -- DE 2026

BOLETÍN MENSUAL TU BIENESTAR AL DÍA

**BENEFICIOS EN
TUS PÓLIZAS**



**ACTUALIDAD
Y TENDENCIAS**



**TECNOLOGÍA
Y PREVENCIÓN**



www.guiabien.com/blog

 **GUIABIEN**
ASESORES EN SEGUROS



BENEFICIOS EN TUS PÓLIZAS



Primeros auxilios psicológicos en momentos de crisis

Después de una situación difícil o una emergencia, es normal sentir miedo, ansiedad, tristeza, irritabilidad o agotamiento.

Los primeros auxilios psicológicos son acciones sencillas de acompañamiento que ayudan a recuperar la calma y afrontar mejor estos momentos.

¿Qué podemos hacer?

- Escuchar sin juzgar ni presionar.
- Acompañar y ayudar a identificar las necesidades más urgentes.
- Respirar lentamente para recuperar la calma.
- Conectar con familiares, amigos o redes de apoyo.
- Buscar ayuda profesional cuando sea necesario



MÁS
INFORMACIÓN



GUIABIEN

BOLETÍN MENSUAL:
TU BIENESTAR AL DÍA



9,3 % de las viviendas en Colombia cuenta con algún tipo de seguro de hogar. Es decir, **más del 90 % no tendría este respaldo.**

MÁS
INFORMACION

ACTUALIDAD Y TENDENCIAS



Preparar tu hogar también es protegerlo

Tu vivienda es uno de los patrimonios más importantes que puedes construir. Sin embargo, los imprevistos pueden ponerlo en riesgo en cualquier momento.

Durante 2025, Colombia registró más de 4.700 eventos asociados a emergencias, que afectaron a 869 municipios y a más de 285.000 familias. Entre ellos hubo inundaciones, movimientos en masa, vendavales, incendios y eventos relacionados con sismos o actividad volcánica.

Estos datos nos recuerdan algo importante:

Los imprevistos no se pueden evitar por completo, pero sí podemos prepararnos para enfrentarlos.



TECNOLOGÍA Y PREVENCIÓN



Tu celular, un aliado ante un sismo

La tecnología también puede ser una aliada para la prevención. Hoy existen herramientas que permiten recibir alertas, consultar información sobre actividad sísmica y prepararnos mejor ante una emergencia.

Algunas opciones que puedes conocer:

Alertas de terremotos de Android: algunos teléfonos pueden enviar una alerta segundos antes de que llegue el movimiento fuerte.

Sismo Detector: permite recibir notificaciones y consultar información sobre sismos.

Recuerda: una app no reemplaza la preparación. Identifica zonas seguras, define un punto de encuentro y ten listo un kit de emergencia.



MÁS
INFORMACIÓN

