



## BOLETÍN INFORMATIVO PARA LA COMUNIDAD MEXICANA EN MALASIA COVID-19

No. 2 / abril 2020

### Estimados connacionales

Llevamos un poco más de un mes de cuarentena obligatoria y las autoridades malasias consideran que esto ha ayudado a reducir el ritmo de contagios de COVID-19. Sin embargo, esta contingencia sanitaria durará algún tiempo, hasta que se encuentre un tratamiento y/o una vacuna, lo que no será pronto. Por ello, seguiremos cerca de ustedes informando y compartiendo información de utilidad mientras dure esta contingencia a través de este boletín. No duden en contactarnos para cualquier duda.

Para la embajada ustedes son nuestra prioridad y queremos mantener la comunicación permanente con todos. En este segundo boletín informativo, te presentamos más información para continuar con el cuidado de tu salud y la de tu familia, avisos importantes de las autoridades de Malasia y oferta cultural. Recuerda también que este es un espacio para compartir información práctica de utilidad para todos. Esperamos tus propuestas vía [Facebook](#) y nos mantendremos en contacto. Cuidense y cuiden a sus familias.

Cordiales saludos.

Emb. Carlos Félix Corona



@EmbCarlosFelix

## Servicios de Salud

El Ministerio de Salud de Malasia ha manifestado que si alguna persona llega a presentar síntomas respiratorios (fiebre, tos y sensación de falta de aire) y ha estado recientemente (en los 14 días previos) en una zona de riesgo o ha tenido contacto estrecho con una persona que sea un caso confirmado, deberá quedarse en su domicilio y contactar con los servicios de salud en inglés las 24 horas:

### **Crisis Preparedness and Response Centre (CPRC)**

Líneas telefónicas: 03 88810200 03 88810600 03 88810700

Correo: [cprc@moh.gov.my](mailto:cprc@moh.gov.my)

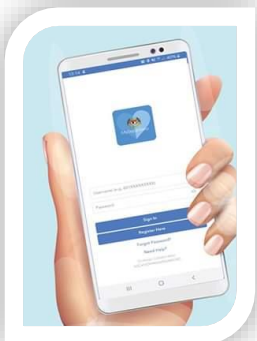
WhatsApp: +6010-9699435 +6010-8608949

Los pacientes que han dado positivo a la prueba COVID-19, los portadores asintomáticos y aquellos con síntomas leves son aislados y tratados en los hospitales para una estrecha vigilancia.

Recientemente, el Ministerio de Salud y el Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación (MOSTI) lanzaron la aplicación [My Sejahtera](#) disponible para todos los teléfonos inteligentes y con información en inglés. Para registrarte solicitan un correo electrónico, un número telefónico de Malasia y otros datos personales.

Al descargarla podrás:

- Recibir información y los datos más recientes sobre los casos de COVID19 de una fuente confiable.
- Tener orientación sobre los centros de salud más cercanos y las pruebas de detección.
- Evaluar el riesgo de salud de Covid-19 para ti y tu familia.
- Tener una guía de las acciones que deben tomarse según la categoría de riesgo del covid-19.



## Servicios de salud mental y apoyo a víctimas de violencia

Si lo necesitas puedes usar los siguientes servicios en idioma inglés:



**TALIAN Kasih**  
**15999**

1. **Talian Kasih** funciona las 24 horas todos los días a través del número telefónico 15999 para brindar apoyo psicológico y asesoría en temas de abuso infantil, protección, bienestar, consejería, abuso, violencia doméstica, abandono de menores, problemas sociales del adolescente y quejas de indigentes en Malasia. Durante el periodo de cuarentena también brinda apoyo psicológico para la salud mental.



**mercy**  
MALAYSIA

2. **Mercy Malaysia** desarrolló con el Centro de Preparación y Respuesta a Crisis (CPRC) del Ministerio de Salud de Malasia, una línea de apoyo psicológico para la salud mental, que opera desde las 9 a.m. hasta las 5 p.m. todos los días en el número telefónico 03-2935 9935. También llevan a cabo conferencias en vivo vía Facebook y en idioma inglés con psicólogos sobre diferentes temas relacionados con el manejo de ansiedad y el miedo por el COVID19 y el confinamiento.



**WOA**

3. **Women's Aid Org (WOA)** cuenta con el número telefónico +603 7956 3488 y mensajería por WhatsApp +6018 988 8058 (TINA) las 24 horas para proporcionar servicios de ayuda psicológica y asesoría a personas que sufren violencia doméstica de manera confidencial en idioma inglés.

## Medidas de prevención y de salud ante el COVID-19

La Organización Mundial de la Salud y el Ministerio de Salud comparten periódicamente información sobre medidas de prevención y de salud durante la contingencia en sus sitios oficiales y redes sociales. Estas son algunas de las sugerencias que han realizado:

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Mantenga una sana distancia entre usted y los demás
- Evite tocar sus ojos, nariz y boca
- Limpie y desinfecte los objetos y superficies que se tocan con frecuencia.
- Realice el estornudo de etiqueta y cúbrase cuando tose.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas.
- Si solicita servicio de comida a domicilio, no se recomienda el contacto cercano con el repartidor de alimentos.



Al realizar tus compras de alimentos:

- Mantén al menos 1 metro de distancia de los demás y evita tocarte los ojos, la boca y la nariz.
- Si es posible, desinfecta las superficies de los carros o canastas de compras.
- Una vez en casa, lávate bien las manos y también después de manipular y almacenar tus productos comprados.
- Actualmente no hay un caso confirmado de COVID19 transmitido a través de alimentos o envases de alimentos.

## Medidas durante la Orden de Control de Movimiento (MCO)

Te recordamos que es necesario cumplir con las medidas de la MCO, ya que si infringes las normas, la policía puede imponerte una multa de hasta 1000 RM y/o hasta 6 meses de cárcel.

Si necesitas desplazarte más de 10 km de tu domicilio necesitas acudir a la estación de policía más cercana para obtener un permiso.



Además, cuando salgas, es **obligatorio portar tu pasaporte original** (no se admiten copias ni fotografías desde el celular). Sin tu pasaporte puedes ser arrestado y enviado a un depósito de Inmigración para acciones adicionales. ¡No te arriesgues! También te sugerimos llevar un documento que ayude a corroborar tu domicilio, pues puede ser un documento que las autoridades te soliciten.

## Horarios de operación de servicios básicos



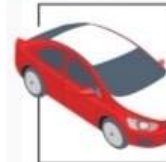
Locales comerciales esenciales:  
8 am - 8 pm



Restaurantes y locales de comida (para llevar):  
8 am - 8 pm



Transporte público:  
6 am - 10 am  
5 pm - 10pm



Taxi y transporte e-hailing:  
6 am - 10 pm



Cajeros automáticos:  
8 am - 8 pm



Servicios de entrega de comida /bienes:  
8 am - 8 pm



Gasolineras:  
8 am - 8 pm



Vehículos comerciales:  
Se recomienda que operen de 7 pm a 7 am

\*Imágenes de Bernama

## Supermercados y tiendas en línea

Durante este periodo de contingencia, te sugerimos realizar mayoritariamente, con anticipación, tus compras en línea. Además de que puedes comparar precios, evitarás filas y disminuyes tu riesgo de contagio. Te sugerimos las siguientes opciones:

[Tesco](#)  
[Jaya Grocer](#)  
[AEON](#)  
[Village Grocer](#)  
[Mydin](#)  
[Giant](#)  
[Cold Storage](#)  
[Isetan](#)  
[Mercato](#)

[Happy Fresh](#)  
[Redtick](#)  
[My Groser](#)  
[Pantry Express](#)  
[Yubeli](#)  
[Pot Boy](#)  
[Big Box Asia](#)  
[Lala Move](#)  
[Bungkusit](#)

[GrabMart](#)  
[Signature Market](#)  
[Everleaf](#)  
[Organic Express](#)  
[TM Organic Farms](#)  
[BMS Organics](#)  
[My love earth](#)  
[My Seafood mart](#)  
[The Little Mart](#)





## Visados y/o permisos de residencia

El Departamento de Inmigración de Malasia está cerrado durante la MCO. Si tu visa o permiso de residencia para estar en Malasia se vence durante el periodo de la cuarentena, podrás renovarlo al término de esta fecha, con un período de gracia hasta de 14 días en las oficinas de migración una vez que éstas operen para ello.

## Viajes



Las autoridades de Malasia han dicho que las aerolíneas podrán comenzar a operar cuando tengan el visto bueno del gobierno. Lo anterior NO significa que, tan pronto se levante la MCO las personas podrán realizar viajes no esenciales.

Es oportuno informarte que las opciones para llegar a México cada vez se reducen y se exhorta a evitar viajes no esenciales durante la cuarentena.

La Secretaría de Relaciones Exteriores, a través de la Embajada de México monitorea el desarrollo de la situación en territorio malasio y publica recomendaciones de viaje en su Guía del Viajero, mediante el portal <https://www.gob.mx/guiadelviajero>.

Algunos países han impuesto medidas de control a personas que viajan desde Asia o regiones afectadas por el Covid-19, lo cual podría afectar el ingreso a dichos países o a la realización de escalas. Antes de adquirir un boleto de avión, verifica tu ruta con el proveedor del servicio de transporte (línea aérea, agencia de viajes, intermediario en internet) y consulta la página de la Asociación Internacional del Transporte Aéreo: <https://www.iatatravelcentre.com/international-travel-document-news/1580226297.htm>

Asimismo, Aeropuertos de Malasia brinda respuestas en inglés a preguntas frecuentes durante la MCO <https://bit.ly/33wp7B1>. Esta información puede cambiar en cualquier momento. Verifica cualquier información directamente con la aerolínea.

Cualquier persona que desee regresar a Malasia durante la MCO, estará sujeta a cuarentena obligatoria, independientemente de los viajes por tierra, aire o mar. Además deberán cubrir los gastos de su cuarentena cuyo costo mínimo será de 150 RM por día. Los viajeros en tránsito de la Malasia peninsular en su camino a Sabah o Sarawak también podrían ser puestos en cuarentena en esos estados, aunque ya lo hayan estado en la península.

Los mexicanos que quieran salir de Malasia deben contar con los siguientes **documentos**:

1. Boleto aéreo de regreso a México.
2. Pasaporte válido.
3. Nota concurrente de la Embajada de México en Malasia, la cual certifique la nacionalidad e incluya los detalles del pasaporte y boletos de avión.

Ya no es necesario contar con un permiso de la policía para llegar al aeropuerto.

Les agradecemos a aquellos que quieran salir de Malasia se comuniquen con el cónsul Carlos Villeda:

Teléfono de emergencias 24/7: 012 288 6202  
Correo electrónico para atención a mexicanos 24/7: [cvilleda@sre.gob.mx](mailto:cvilleda@sre.gob.mx)



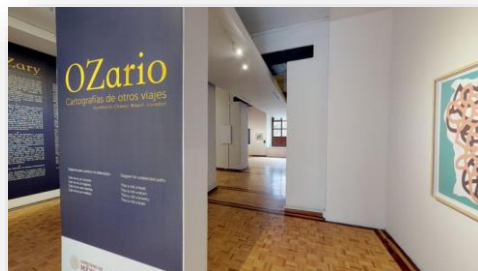
## Cultura

La Secretaría de Cultura ha preparado un espacio de cultura digital y de libre acceso en <http://contigoenladistancia.cultura.gob.mx/> donde puedes realizar recorridos por museos y zonas arqueológicas, ver películas, leer libros, ver conciertos, conferencias, documentales, obras de teatro, escuchar audios, conocer otras aplicaciones y una sección infantil. ¡Disfruta y comparte un poco de nuestra vasta cultura!



Cada año, el Museo de la Cancillería cuenta con una exposición colectiva del programa Pago en Especie del Servicio de Administración Tributaria (SAT) con obras de artistas mexicanos. "OZario Cartografías de otros viajes" pertenece a este programa.

#QuédateEnCasa y disfruta su #TourVirtual dando clic aquí: <https://my.matterport.com/show/?m=A7B1McUKZ4q>



## Contacto

Las autoridades de Malasia reiteran la importancia de quedarte en casa para protegerte y proteger a tu familia.

Con el fin de contar con tus datos en caso de emergencia, te recomendamos ingresar o actualizar tus datos en el Sistema de Registro de Mexicanos en el Exterior (SIRME): <https://sirme.sre.gob.mx/>  
Tu información es confidencial y está protegida por la ley. ¡Pasa la voz!

También puedes descargar la aplicación de la SRE "Mi Consulmex" y seleccionar la región Asia y Medio Oriente para conocer más información básica sobre el COVID-19, así como información general de trámites y documentación que realizamos en la sección consular.



Disponible en  
App Store



DISPONIBLE EN  
Google play

Con gusto el cónsul Carlos Villeda atiende tus solicitudes de asistencia o protección consular vía telefónica o correo electrónico.

Teléfono de emergencias: 012 288 6202

Correo electrónico: [cvilleda@sre.gob.mx](mailto:cvilleda@sre.gob.mx)

No olvides que también puedes seguirnos en nuestras redes sociales. Continuamos en contacto permanente contigo y con todos los miembros de la comunidad mexicana en Malasia.

**Embajada de México en Malasia**

[embmalasia@sre.gob.mx](mailto:embmalasia@sre.gob.mx)



Embajada de México en Malasia



@EmbaMexMIs