



CIGNA WELLBEING™ APP


Cuidamos de tu salud y bienestar,
estés donde estés.

Together, all the way.™





**EN CIGNA
ESTAMOS A TU LADO
PARA AYUDARTE A
CUIDAR DE TU SALUD
Y LA DE TU FAMILIA.**

A man with a beard and a young child with curly hair are sitting on a blue sofa. Both are looking down at their smartphones. The man is wearing a blue and white plaid shirt, and the child is wearing a light blue t-shirt. The background shows a modern living room with a white wall, a potted plant, and a fireplace.

TRABAJAMOS DÍA A DÍA PARA OFRECERTE SOLUCIONES DE MÁXIMA CALIDAD, RESPONDIENDO A TODAS TUS NECESIDADES CON SERVICIOS DE VALOR, PRODUCTOS Y COBERTURAS INNOVADORAS. PORQUE PARA NOSOTROS, TÚ Y LOS TUYOS SOIS NUESTRA MÁXIMA PRIORIDAD.

Sabemos que existe una relación directa entre seguir un estilo de vida saludable y gozar de salud y bienestar. Evitando ciertos factores de riesgo, como sobrepeso, tabaquismo o sedentarismo, se reducen las posibilidades de padecer determinadas enfermedades. Así, incluir en nuestro día a día hábitos saludables es fundamental para mejorar nuestra calidad de vida, y tomar el control de nuestra salud.

Lograr este objetivo es más sencillo si se cuenta con el acompañamiento adecuado. Por eso, en Cigna hemos desarrollado una **herramienta global, gratuita para nuestros asegurados**, para que estén donde **estén puedan cuidar de su salud y bienestar: Cigna Wellbeing™ App.**



SOBRE CIGNA WELLBEING™ APP

Cigna Wellbeing® App es la **aplicación global de Cigna** que incluye **videoconsulta** de lunes a domingo con especialistas médicos, psicólogos y nutricionistas, así como **diversos recursos online** para mejorar la salud y bienestar. Con Cigna Wellbeing™ App podrás **tomar el control de tu salud, en cualquier momento y estés donde estés.**

Cigna Wellbeing™ App está diseñada para ayudar a cuidarte a través de:



TELEMEDICINA

Acceso fácil, seguro y confidencial a profesionales de la salud a través del móvil, todos los días de la semana.



HERRAMIENTAS DE CONTROL DE LA SALUD

Seguimiento y registro de datos biométricos.



COACHING EN HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

Prevención de factores de riesgo.



La aplicación está disponible para descargar de manera gratuita en la App Store y Google Play Store.



¿POR QUÉ CIGNA WELLBEING™ APP?

PARA ACCEDER CÓMODAMENTE A
PROFESIONALES DE LA SALUD A
TRAVÉS DE TU MÓVIL





Te conectarás a través de videoconsulta o teléfono, y de manera gratuita, con un equipo de especialistas en medicina general, psicología y nutrición.



Servicio de videoconsulta médica disponible de lunes a domingo, con posibilidad de programar tu cita en dos horas*.



Los médicos tienen la posibilidad de prescribirte recetas y pruebas diagnósticas.

*El servicio de videoconsulta está disponible de lunes a sábado, de 08:30h a 00:30 h. y domingos, de 9h. a 21h. En caso de consulta telefónica, el servicio está disponible 24h, todos los días de la semana.



La telemedicina para tus empleados



Realiza tus consultas médicas estés donde estés.



Acceso rápido, confidencial, fácil y seguro.



Sin necesidad de desplazamientos.

¿POR QUÉ CIGNA WELLBEING™ APP?

PARA HACER SEGUIMIENTO
DE DATOS BIOMÉTRICOS Y
PATOLOGÍAS CRÓNICAS



¿CÓMO FORMAR PARTE DEL PROGRAMA DE APOYO A PACIENTES CRÓNICOS DE CIGNA ESPAÑA?

1. Responde el cuestionario de salud y bienestar que encontrarás en Cigna Wellbeing™ App
2. Al finalizar el test, indica que te gustaría entrar a formar parte del programa
3. El equipo médico de Cigna España se pondrá en contacto contigo para estudiar tu paso particular y elaborar tu programa personalizado



Cigna Wellbeing™ App permite que evalúes tu estado de salud, obteniendo consejos personalizados de estilo de vida acorde a tus resultados.



Podrás registrar y hacer seguimiento de tus datos biométricos, como peso corporal, ritmo cardíaco, presión arterial, actividad del sueño, colesterol o glucosa.



En caso de que convivas con enfermedades crónicas como diabetes o enfermedades cardiovasculares, Cigna Wellbeing™ App facilita tu acceso al programa de apoyo a pacientes crónicos, diseñado y dirigido por el departamento médico de Cigna España.



El control de tu salud, más fácil que nunca



Facilita la detección de posibles alteraciones.



Permite ver la evolución de tu estado de salud a través del registro de datos biométricos.



Seguimiento de enfermedades crónicas.

¿POR QUÉ
CIGNA WELLBEING™ APP?

PARA QUE INCORPORES HÁBITOS
SALUDABLES EN TU DÍA A DÍA DE
UNA MANERA MÁS SENCILLA





Gracias a los cuestionarios específicos en nutrición, actividad física, descanso y gestión de las emociones o estrés, Cigna Wellbeing™ App establece tus puntos de mejora y te ofrece consejos para una mejor salud y bienestar.



Los programas de coaching online te permiten abordar de manera efectiva las áreas de mayor riesgo para ti, con pautas específicas.



Además, los contenidos de la biblioteca de salud Cigna Wellbeing™ App, como artículos, recetas o recomendaciones, te ayudan a aprender cómo seguir mejorando tu salud y bienestar cada día.



Tu coach digital para alcanzar una vida más sana



Podrás prevenir factores de riesgo.



Permite que tomes el control de tu salud de una manera guiada.



Mejora tu salud, tanto física como mental.

**CIGNA WELLBEING™ APP,
LA TELEMEDICINA A TU
ALCANCE**

**CADA VEZ MÁS, LA TELEMEDICINA
VA A FORMAR PARTE DE
NUESTRA VIDA.**



La posibilidad de obtener atención sanitaria en todo momento y lugar marca un punto de inflexión en el acceso a la salud. Y gracias a Cigna Wellbeing™ App, nuestros asegurados podrán disfrutar de este servicio, allí donde estén.

Para comenzar a usar Cigna Wellbeing™ App, tan sólo tienes que descargar la aplicación en tu móvil desde la Apple Store y Google Play, o bien siguiendo en enlace que encontrarás en tu Área Privada de Asegurado Cigna, y registrarte usando tu número de asegurado que encontrarás en tu tarjeta Cigna.

¿Cómo funciona el servicio de telemedicina de Cigna Wellbeing™ App?

1 SOLICITA UNA CITA MÉDICA

Por videoconsulta o teléfono, tanto en español como en inglés.

Podrás programar tu cita médica en dos horas, y anularla si es necesario.

2 HABLA CON UN PROFESIONAL DE LA SALUD

Consulta médica confidencial, cómoda y segura con un médico, psicólogo o nutricionista.

3 SIÉNTETE MEJOR

El servicio de videoconsulta de Cigna Wellbeing™ App está disponible de lunes a sábado, de 08:30h. a 00:30h. y domingos, de 9h. a 21h.

El servicio de consulta telefónica está disponible 24h, todos los días del año.



Formar parte de Cigna tiene muchas ventajas.
Para más información sobre Cigna Wellbeing™ App, puedes ponerte en
contacto con nosotros por correo electrónico en servicio.cliente@cigna.com
o llamando al **91 418 40 40 / 93 301 06 56**.

A TU LADO, ESTÉS DONDE ESTÉS



Confidential, unpublished property of Cigna. Do not duplicate or distribute. Use and distribution limited solely to authorized personnel. © Cigna