

Adeslas Salud y Bienestar

Centro de Salud Digital

Adeslas
Salud y Bienestar



- A. Qué es Adeslas Salud y Bienestar**
- B. Qué aporta Adeslas Salud y Bienestar**
- C. Tu centro de salud digital**
 - C.1 Mis médicos**
 - ★ **C.2. Mi salud**
 - ★ **C.3. Mis gestiones**
 - C.4. Mi póliza**
- D. Contenidos de salud**
 - D.1. Webinars, infografías y podcasts**
 - D.2. Blog, newsletter y videoconsejos**

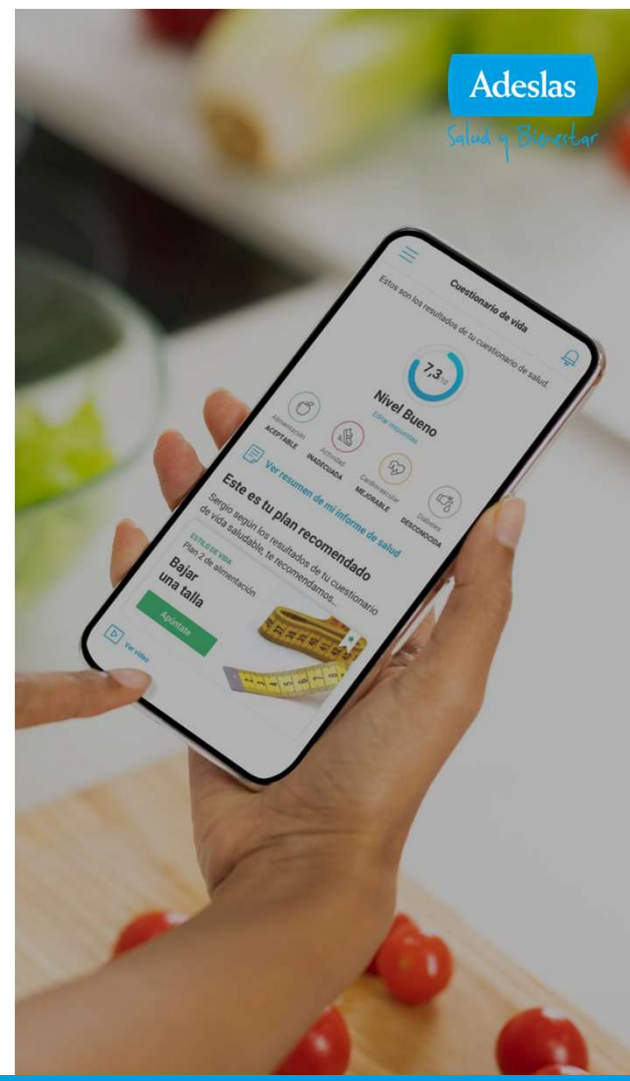


A. Qué es Adeslas Salud y Bienestar

Es el **centro de salud digital** donde cada asegurado podrá gestionar su salud de forma integral en cualquier momento, desde cualquier lugar.

Nuestros servicios digitales ofrecen:

- 1 **Programas de acompañamiento** en el cuidado de la salud: **hábitos saludables, prevención y cuidados** de patologías y **salud familiar**
- 2 **Acceso** a la **prestación sanitaria** presencial y no presencial
- 3 **Tramitación digital** de las gestiones más habituales de tu **seguro de salud**



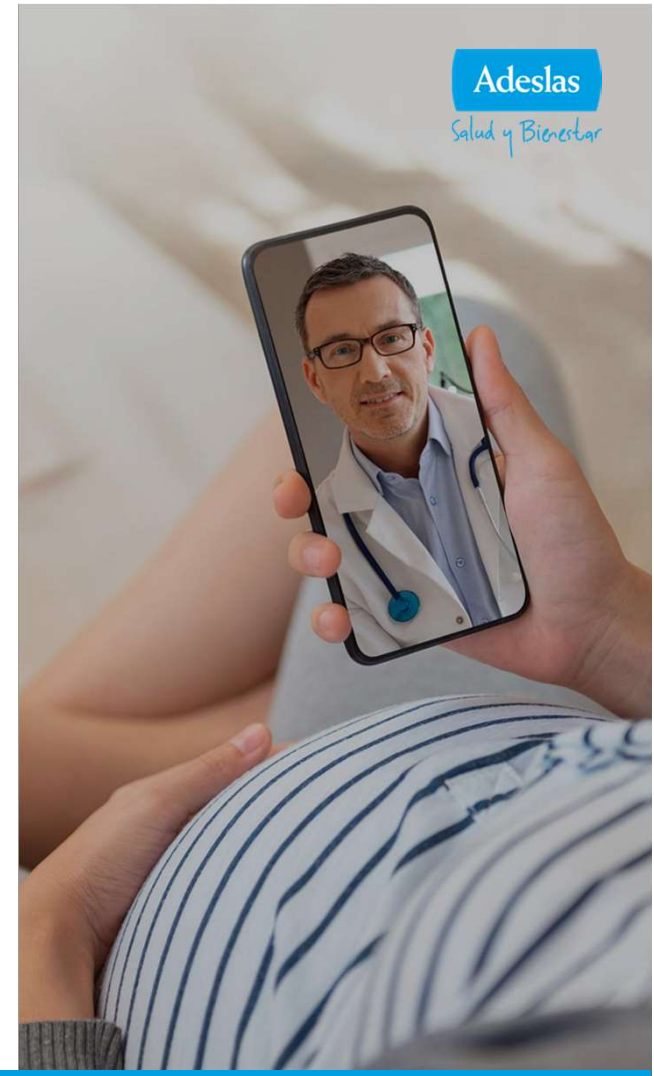
B. Qué aporta Adeslas Salud y Bienestar

Al asegurado

- ✓ **Acceso fácil y rápido** a los **servicios médicos y administrativos** de su póliza
- ✓ La **tranquilidad** de contar con la orientación de un profesional médico, 24h y desde cualquier lugar.
- ✓ Acompañamiento proactivo en la salud, **le ayudamos a mantenerse sano, prevenir y cuidar** las patologías más comunes

A la organización

- ✓ **Un partner** en las estrategias de salud corporativas
- ✓ Reforzar el **compromiso** de la organización con la **salud y bienestar** de los empleados
- ✓ **Potenciar del beneficio social** asociado al seguro de salud



C. Tu centro de salud digital

¿Qué te ofrece?



Mis médicos. Estar siempre que necesites un médico

Buscar **médicos y hospitales cercanos**, guardar especialistas **favoritos**, pedir **cita online** y acceso a **videoconsultas**.



Mi salud. Estar siempre cuidándote **¡TENEMOS NOVEDADES!**

Un espacio para **cuidar y mejorar tu salud** con **planes de salud personalizados**, acceso a orientación médica y mucho más.



Mis gestiones. Ponértelo fácil **¡NOVEDAD!**

Realizar todas las **gestiones** de manera online y rápida: **tarjeta digital**, solicitud de **autorizaciones** o **reembolsos**, etc.



Mi póliza. Siempre a mano

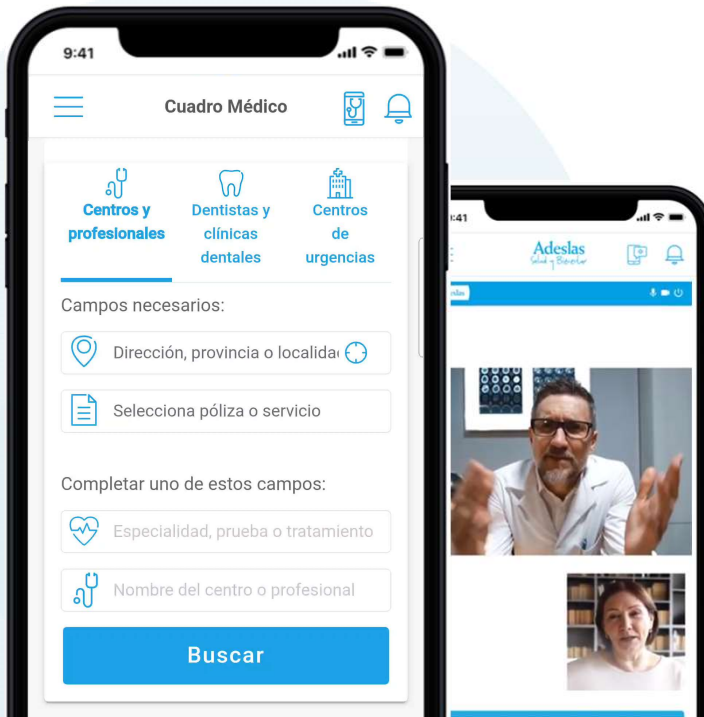
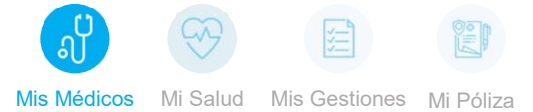
Consultar y tramitar todo lo relacionado con la **póliza**.

Adeslas
Salud y Bienestar



C. Tu centro de salud digital | Mis Médicos

Cuadro médico, atención no presencial y cita online



¿Qué puedes hacer?



Cuadro médico

Busca los profesionales y centros más cercanos por especialidad o prueba.



Médicos favoritos

Guarda tus médicos favoritos y accede a ellos directamente.



Atención no presencial

Solicita una consulta por teléfono o por videollamada con tu médico del cuadro*



Pedir una cita online

Agenda y consulta tus citas médicas*

* Sujeto a disponibilidad del servicio por parte del profesional o centro médico

C. Tu centro de salud digital | Mi Salud

Perfil de salud

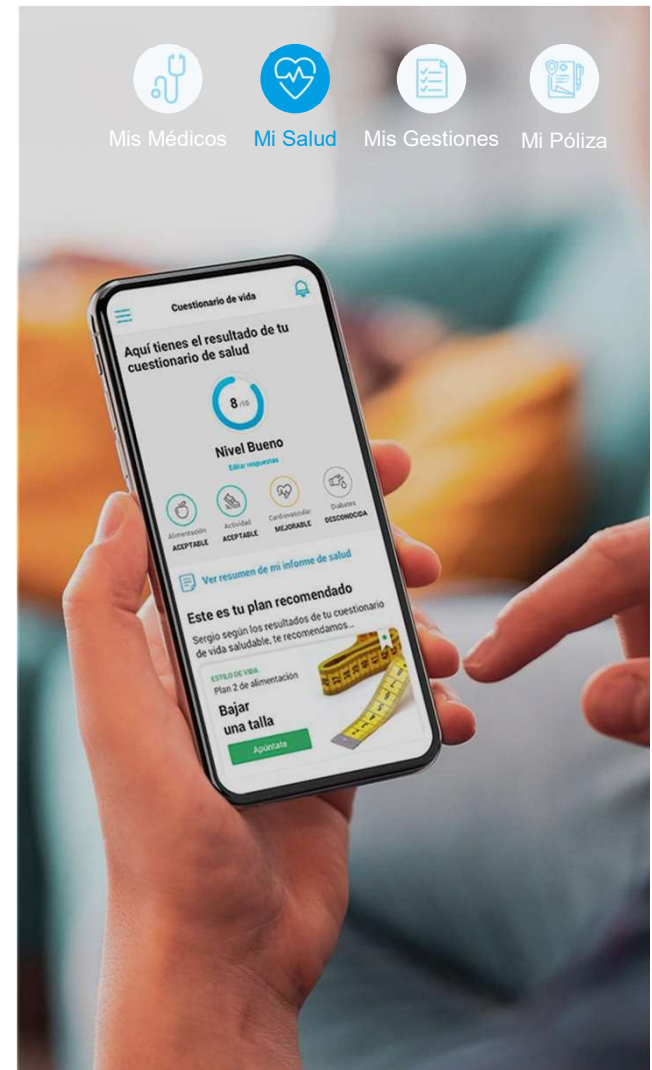
¿Qué nota le pones a tu salud?



Completa el **cuestionario de vida saludable**, para conocer tu índice de salud y recibir **consejos y servicios personalizados**.



Además, puedes **introducir y mantener actualizados diversos indicadores en tu cartilla de salud** para hacer seguimiento: peso, tensión arterial, glucosa, etc.



C. Tu centro de salud digital | Mi Salud

Orientación médica y psicoemocional y segunda opinión médica



¿Qué tipos de orientación tienes disponible?



Orientación médica general

Resolución de dudas sobre medicina general por teléfono, chat, videollamada o email.

Síntomas y tratamiento de enfermedades, interpretación de pruebas diagnósticas y analíticas, etc.



Orientación Psicoemocional

Orientación telefónica dirigida a la gestión de las emociones, con el asesoramiento de **psicólogos**.

Problemas de convivencia, malestar emocional, desajustes o alteraciones del estado del ánimo, etc.

¡¡NOVEDAD!!

Ahora en el servicio de Orientación Médica se pueden realizar **prescripciones de fármacos** bajo criterio médico a través de **receta electrónica**



Orientación infantil

Orientación telefónica con **médicos** dirigida a resolver dudas sobre la salud de los más pequeños.

Dudas sobre dosis de medicación, calendario vacunal, problemas de sueño, lactancia materna, etc.

Segunda opinión médica

En el caso de diagnóstico de enfermedad grave, se podrá solicitar este servicio para **contrastar el diagnóstico con otro especialista**.



C. Tu centro de salud digital | Mi Salud

Programas de salud personalizados

¿De qué tipo de programas dispones?

Cada programa de salud dispone de diferentes planes con **vídeos**, **infografías**, **tests** y una **dinámica gamificada** que motivan y favorecen el aprendizaje y la incorporación de rutinas saludables.

Programa de **estilo de vida**. 8 planes agrupados en: **¡NOVEDADES!**

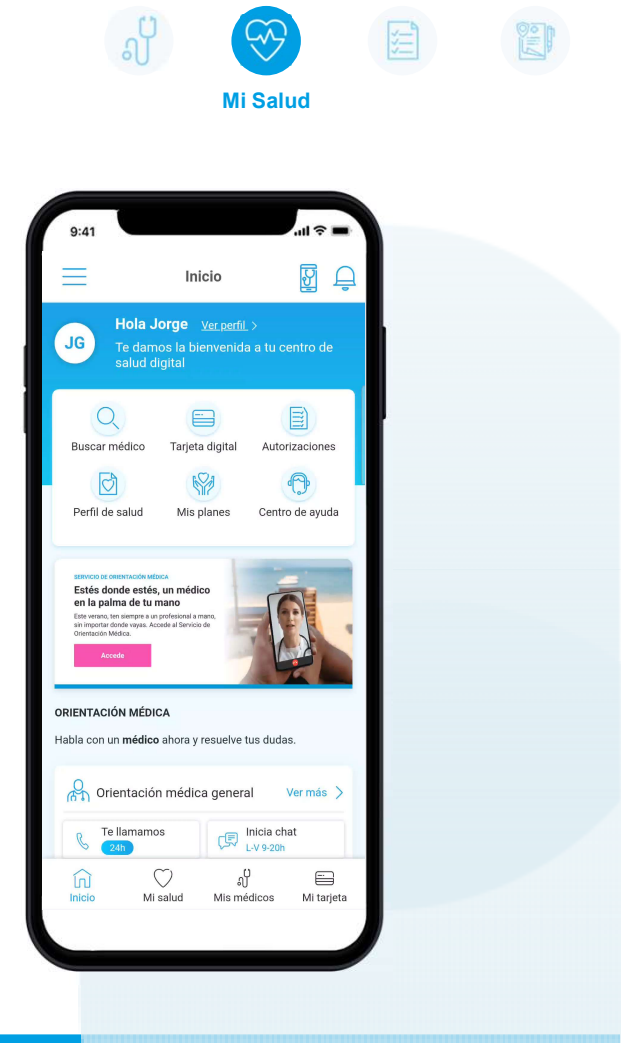
Dormir Bien, Alimentación, Actividad Física y Tabaco

Programa de **prevención y cuidados**. 18 planes agrupados en: **¡NOVEDADES!**

Enfermedades Cardiovasculares, Diabetes, Hipertensión, Salud Respiratoria, Trastornos de Espalda y Cáncer.

Programa de **salud familiar**. 5 planes de : **¡NOVEDADES!**

Embarazo, planes de Niño Sano, Accidentes infantiles y Trastorno de la conducta alimentaria



C. Tu centro de salud digital | Mi Salud

Programas de salud personalizados - Estilo de vida

¿Qué planes incluye?



Plan para Dormir Bien

Pequeños cambios para controlar la calidad del sueño y evitar posibles complicaciones.



Planes de Alimentación

Ayuda para aprender a comer bien y llevar una alimentación saludable a través de unos sencillos hábitos.



Planes de Actividad Física

Aprendizajes orientados a evitar hábitos sedentarios, a iniciarse en el ejercicio de caminar y a personalizar el entrenamiento.



Plan de Tabaco **¡NOVEDAD!**

Conocerás los efectos del tabaco en la salud y te ayudaremos a encontrar la motivación para dejar de fumar



Mis Médicos



Mi Salud



Mis Gestiones



Mi Póliza



C. Tu centro de salud digital | Mi Salud

Programas de salud personalizados - Prevención y cuidados



Mis Médicos



Mi Salud



Mis Gestiones



Mi Póliza

¿Qué planes incluye?

Planes de prevención y cuidado de:



Enfermedades cardiovasculares

Cuidar tu corazón a través de un estilo de vida saludable.



Diabetes

Estilo de vida saludable y mantener bajo control los niveles de glucosa de la sangre.



Hipertensión

Prevenir y tener bajo control los valores de tensión arterial en el día a día.



Cáncer

Importancia de la prevención del **cáncer de mama, cuello de útero, próstata y colon.**



Trastornos de la espalda

Factores que ponen en riesgo el tener dolor de espalda y cómo prevenirlos



Salud respiratoria **¡NOVEDAD!**

Principales tratamientos para la EPOC y cómo realizarlos adecuadamente



Servicio de Coaching de Salud

Los usuarios con patologías crónicas o en perfil de riesgo podrán disfrutar del **acompañamiento personal de un profesional sanitario** que le guiará y aconsejará en el manejo diario de su condición de salud.



Orientación médica

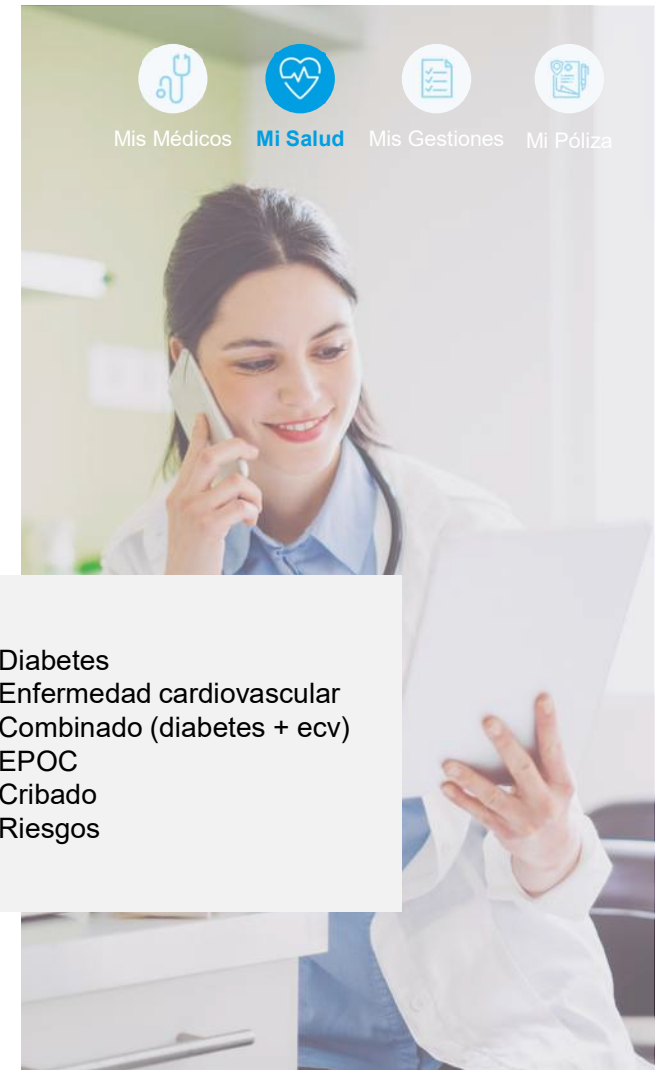
Siempre disponible por teléfono, chat, videollamada o email la consulta a un médico para resolver dudas sobre la patología.

C. Tu centro de salud digital | Mi Salud

Programas de salud personalizados – Coach de patologías crónicas

¿En qué consiste el coach?

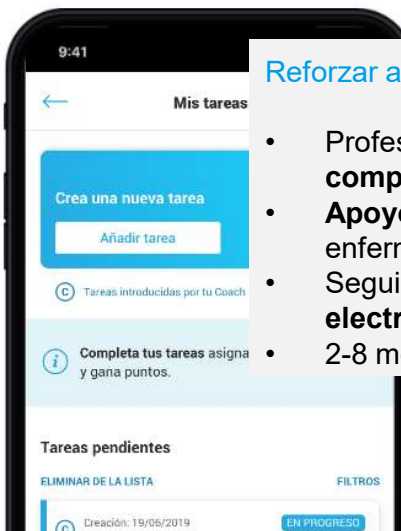
De forma **gratuita**, los usuarios con patologías crónicas o en perfil de riesgo podrán disfrutar de un seguimiento de la patología o riesgo con el **acompañamiento personal de un profesional sanitario** que le guiará y aconsejará en el manejo diario de su condición de salud



Reforzar acciones y eliminar barreras y dudas.

- Profesionales de salud, expertos **en cambio de comportamiento** y promoción de **hábitos saludables**
- **Apoyo personalizado** para los asegurados con enfermedades **crónicas** o alto riesgo de padecerlas
- Seguimiento realizado a través de **teléfono**, de **correo electrónico** y de la propia app
- 2-8 meses iniciales **y acompañamiento continuado**

- Diabetes
- Enfermedad cardiovascular
- Combinado (diabetes + ecv)
- EPOC
- Cribado
- Riesgos



C. Tu centro de salud digital | Mi Salud

Programas de salud personalizados - Salud familiar



Mis Médicos



Mi Salud



Mis Gestiones



Mi Póliza

¿Qué planes incluye?



Niño Sano

Los nuevos planes de **Niño Sano** acompañan en las etapas de desarrollo de los hijos.

- ✓ **Neonatal:** Del nacimiento hasta el 1º mes del bebé
- ✓ **Lactante y primera infancia:** desde el 1º mes hasta los 3 años de edad
- ✓ **Segunda Infancia:** De 3 a 12 años
- ✓ **Adolescente:** De 12 a 16 años **¡NOVEDAD!**

Embarazo

Guía y acompañamiento durante la dulce espera

Trastorno de conducta alimentaria

Guía para detectar señales y conductas que puedan desencadenar en un trastorno alimentario.

Accidentes infantiles

Pautas para la prevención de accidentes infantiles.



Servicio de Coaching Neonatal e infantil

A tu disposición un **coaching-profesional especializado en bebés y primera infancia** que hará seguimiento personalizado, a lo largo de los principales hitos de desarrollo y alimentación de los más pequeños.



Orientación médica infantil

Orientación telefónica con **médicos** dirigida a resolver dudas sobre la salud de los hijos.



Cartilla de salud **¡NOVEDAD!**

Controla el crecimiento y la evolución de los más pequeños

C. Tu centro de salud digital | Mi Salud

Programas de salud personalizados – Coach Infantil

¿En qué consiste el coach infantil?

Se trata de un servicio **gratuito de coaching infantil**, donde el asegurado tendrá una **enfermera especializada** para acompañarle durante el crecimiento de tu bebé en sus 30 primeros meses de vida

¿Cómo funciona?



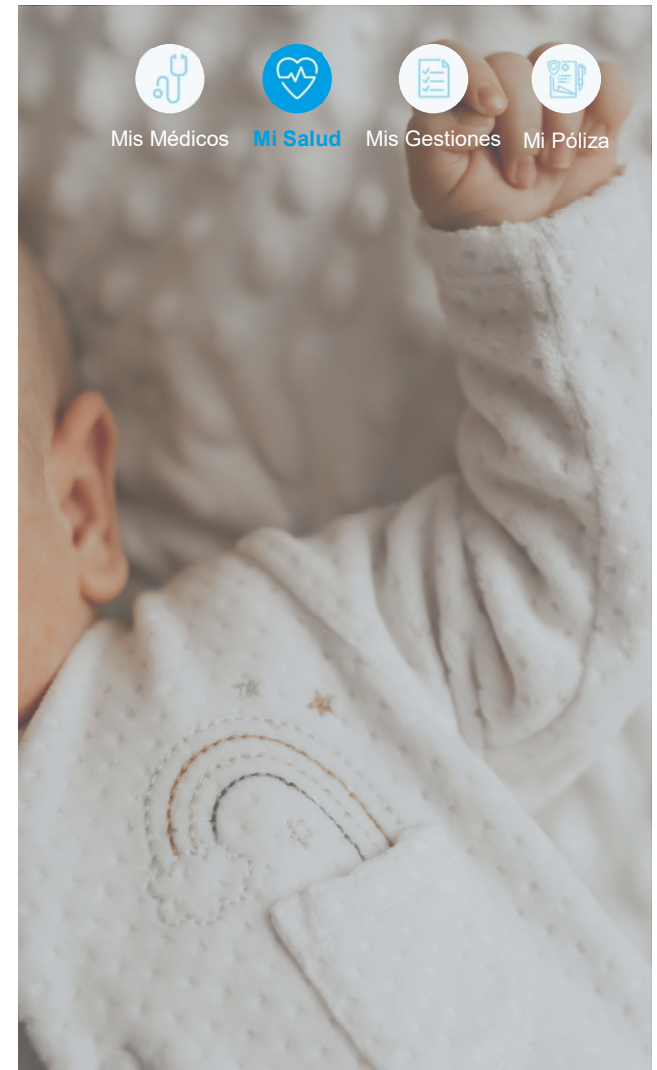
De forma **gratuita**, el asegurado podrá inscribirse en cualquier momento durante los 30 primeros meses de tu bebé



Durante este tiempo, tendrás **llamadas telefónicas programadas** con el coach en las principales etapas de desarrollo del bebé



Podrá **contactar con el coach por email o teléfono** siempre que surjan dudas en la crianza o haya necesidad de reagendar las llamadas



C. Tu centro de salud digital | Mi Salud

Compromisos, retos y gamificación



Compromisos y Retos

Crea tus propios objetivos en kms o pasos gracias a la posibilidad de **integración de apps o pulseras de actividad**.

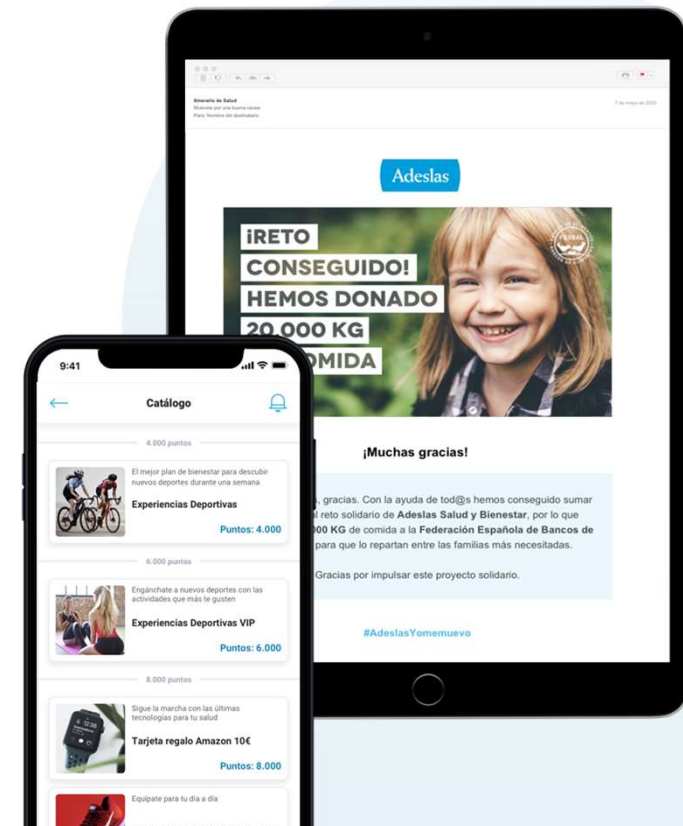
A nivel corporativo, se podrán organizar retos colectivos, ya sea con un fin competitivo o con un fin solidario, como campaña de **responsabilidad social corporativa**.



Gamificación

El asegurado podrá reunir puntos canjeables por:

- **Experiencias saludables**
- **Tarjetas regalo**
- **Donaciones a organizaciones sin ánimo de lucro**



C. Tu centro de salud digital | Mis Gestiones

¿Qué puedes hacer?



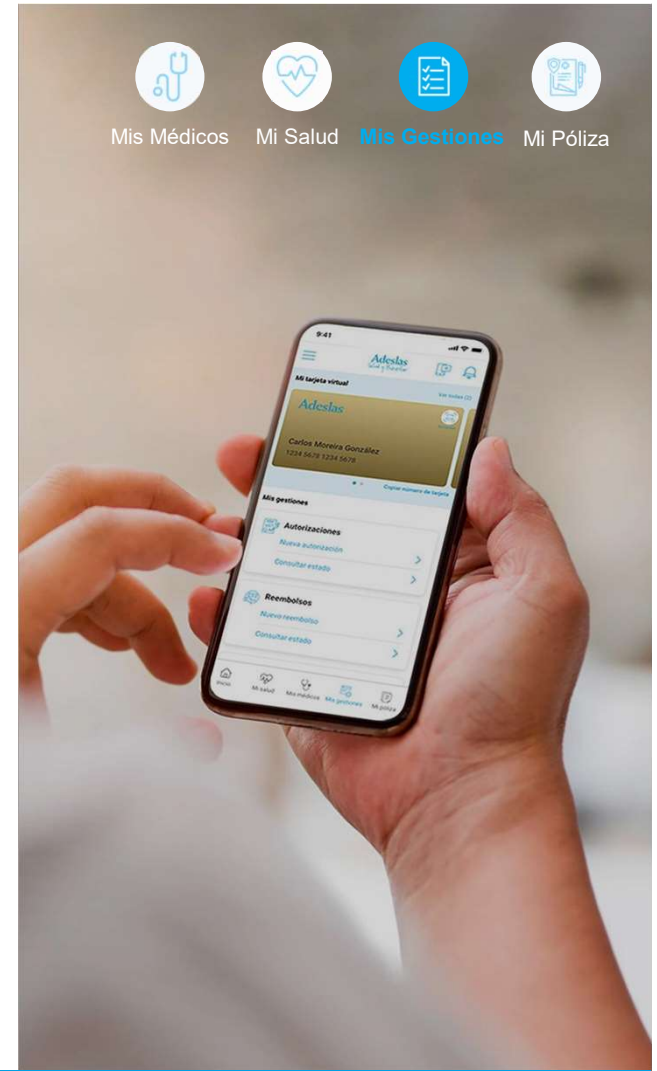
Tarjeta digital: tu tarjeta y la de tus beneficiarios disponible en tu móvil.



Autorizaciones: solicítalas y gestiónalas de forma sencilla adjuntando una foto de la documentación desde tu móvil o tablet.



Reembolsos: gestión online de las solicitudes de reembolso de servicios incluidos en tu póliza.



C. Tu centro de salud digital | Mis Gestiones

| Tarjeta digital

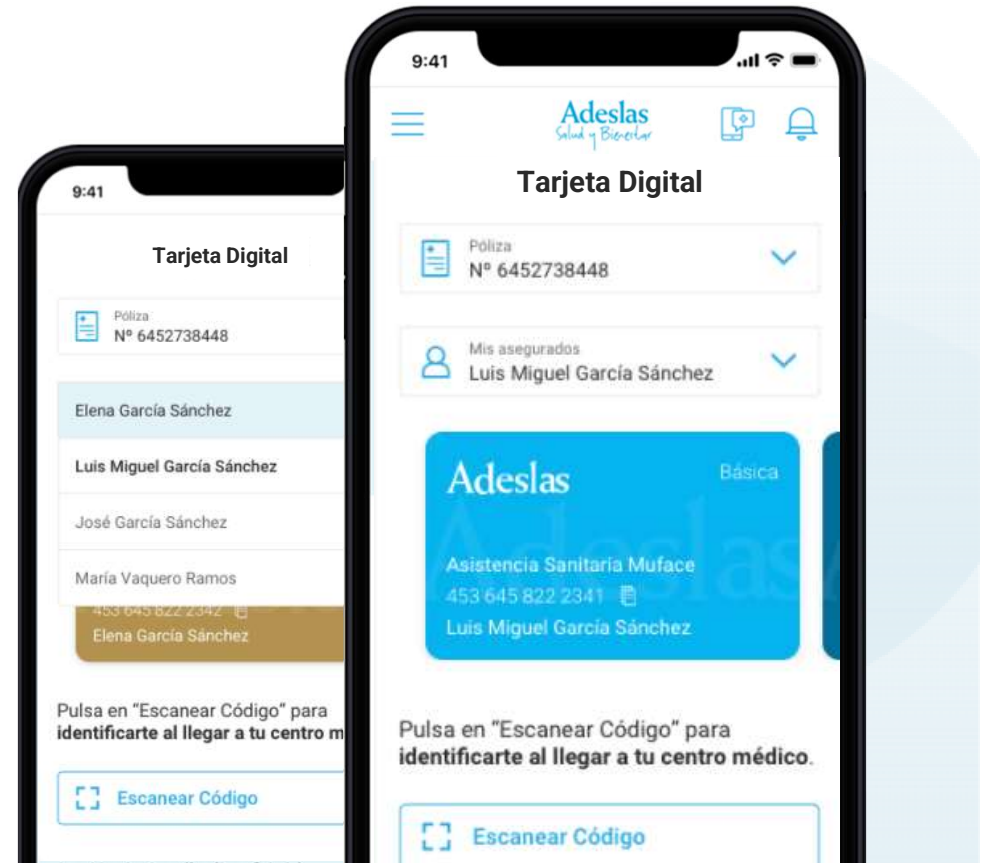


¿Qué puedes hacer?



Tarjeta digital: tu tarjeta y la de tus beneficiarios disponible en tu móvil.

Ahora llevas la tarjeta siempre contigo para mostrar desde el móvil cuando acudas a tus citas médicas.



C. Tu centro de salud digital | Mis Gestiones

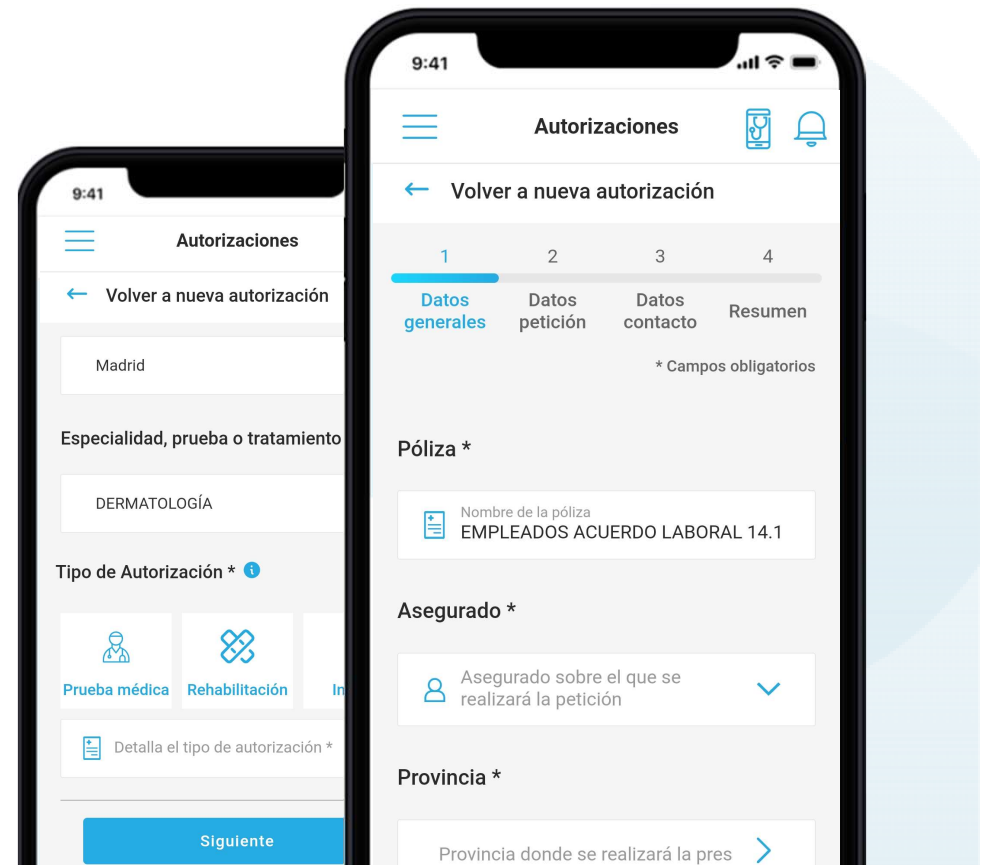
Autorizaciones



¿Qué puedes hacer?



Autorizaciones: solicítalas de forma sencilla adjuntando una foto de la documentación desde tu móvil o tablet.



C. Tu centro de salud digital | Mis Gestiones

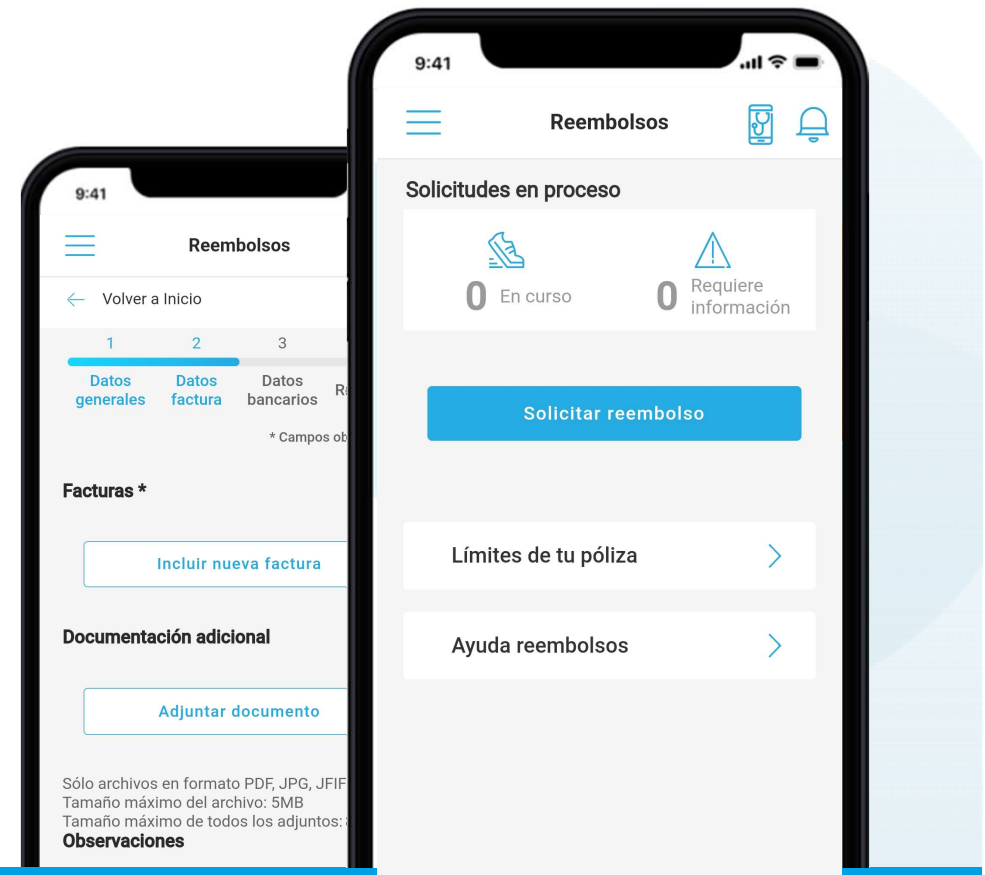
Reembolsos



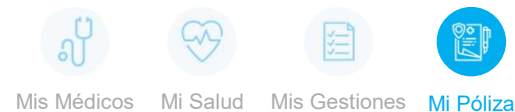
¿Qué puedes hacer?



Reembolsos: gestión online de las solicitudes de reembolso de servicios incluidos en tu póliza.



C. Tu centro de salud digital | Mi Póliza



Mis Médicos Mi Salud Mis Gestiones **Mi Póliza**

PRÓXIMAMENTE 2023



¿Qué puedes hacer?

Gestiones administrativas de consulta y operación con la póliza:

- 1 **Consulta de póliza** y los **complementos** contratados
- 2 **Datos personales** del tomador y de los beneficiarios
- 3 **Datos bancarios** asociados a la póliza
- 4 Consulta de **recibos y pagos**
- 5 **Duplicado** de tarjeta

D. Contenidos de salud

| Blog, newsletter y videoconsejos



Blog

Publicación semanal de **contenidos de salud** avalados por el equipo médico y de temáticas de interés: actualidad, familia, salud práctica, alimentación, vida activa, muévete en casa y Covid-19.

Newsletter

Mensualmente se envía una **newsletter con el contenido reciente más destacado.**

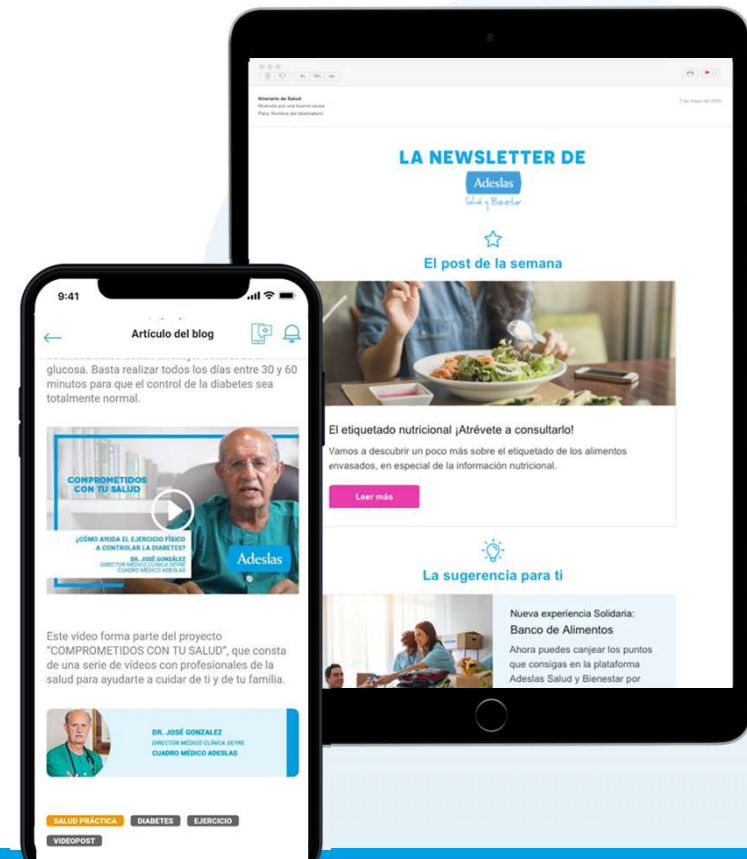
Videoconsejos

Periódicamente un profesional del cuadro médico de Adeslas en formato vídeo resuelve dudas de su área de especialidad.

¡¡NOVEDAD!!



Adeslas Salud y Bienestar renueva los sellos de **Web Médica Acreditada (WMA)** y **Web de Interés Sanitario (WIS)**, que la distinguen por ofrecer un contenido de salud validado y ético



D. Contenidos de salud

Webinars, infografías y otros recursos

Webinars de salud

Se han organizado webinars de: Higiene del Sueño, Salud Emocional, Higiene Postural y Nutrición. A lo largo de este año, se trabajarán otras temáticas:

- Deshabitación tabáquica
- Resiliencia y enfermedad
- Actividad física en niños y adolescentes
- Prevención de diabetes
- Alimentación saludable fuera de casa
- Prevención de lesiones deportivas
- Adolescencia
- Abuso de las TICs

¡NOVEDAD!

TODOS LOS WEBINARS ESTÁN DISPONIBLES EN LA WEB “ESCUELA DE SALUD”

Infografías

Mensualmente se envían **infografías de salud** a los responsables de salud

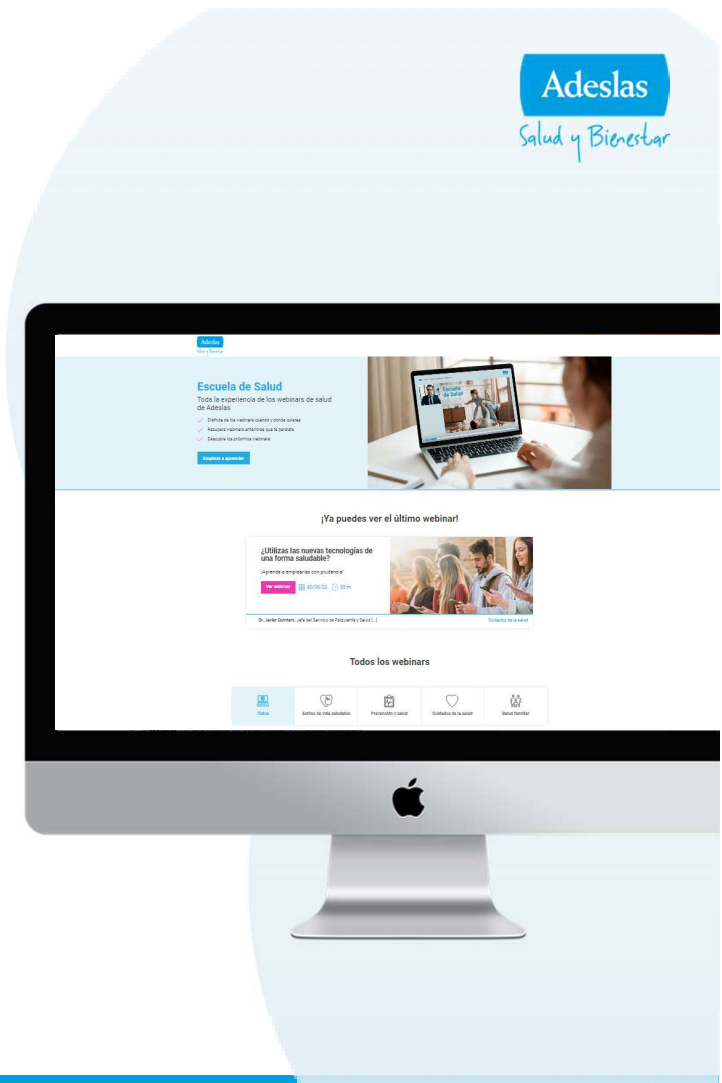
Podcasts de pediatría

+ 100.000 ESCUCHAS!

¡Nº 1 EN APPLE PODCAST EN SU CATEGORÍA!

Se inicia este nuevo proyecto de un podcast semanal sobre salud infantil:

Sin cita previa con dos pediatras en casa



Adeslas Salud y bienestar



Entra en Adeslas Salud y bienestar
adeslassaludybienestar.es

Descárgate la app y navega desde tu móvil

