



En busca de su versión más saludable

**Descubra su versión más saludable en
su sitio de salud personal**

Como la mayoría de las personas, tal vez esté buscando maneras de comer más saludable o de ser más activo. O de controlar mejor una afección. Si necesita algo de orientación sobre dónde comenzar, podemos ayudarlo. Su sitio personal de salud ofrece un conjunto completo de herramientas digitales para ayudarlo a llevar una vida más saludable. Todo está respaldado por la tecnología exclusiva de CareEngine®. Basada en la ciencia conductual, esta tecnología puede brindar soluciones verdaderamente personalizadas que le den resultado.

Comenzar es fácil. Solo inicie sesión en **Aetna.com** y seleccione la pestaña “Health & Wellness” (Salud y bienestar). Luego busque “Discover a Healthier You” (Descubra su versión más saludable).

Todo comienza con un simple clic

Las herramientas y características sólidas pueden ayudarle a desarrollar hábitos saludables que duren toda la vida.



Evaluación de salud

Le ayuda a tener un panorama de su salud, objetivos y preferencias



Mi registro

Muestra sus datos de salud, recetas y más.



Soporte de asesoramiento digital

- Mejora la salud personal de forma divertida.
- Incluye asesoramiento grupal.*



Comunidades sociales

Le permiten interactuar con otros que se enfrentan a retos y metas similares.



Sincronización con aplicaciones y dispositivos

Le permite conectar sus dispositivos portátiles para una experiencia optimizada.



Desafíos de aventura

Lo inspiran para lograr sus objetivos de salud.

Comenzar es fácil. Solo entre en su sitio web para miembros y haga clic en “Well-being Resources” (Recursos de bienestar) en su página de inicio.

* El asesoramiento grupal está disponible como parte del programa de asesoramiento Lifestyle and Condition Coaching.

Aetna es la marca que se utiliza para los productos o servicios proporcionados por uno o más de los grupos de compañías de Aetna, lo que incluye a Aetna Life Insurance Company y sus filiales (Aetna).

Este material tiene fines informativos únicamente y no representa una oferta ni invitación de contrato. Se debe completar una solicitud para obtener cobertura. Los programas de información de salud brindan información de salud general y no sustituyen el diagnóstico ni el tratamiento de un médico u otro profesional de salud. Aetna® no garantiza ningún resultado en particular. Los beneficios de salud y los planes de seguro de salud tienen exclusiones y limitaciones. No se cubren todos los servicios. Consulte los documentos del plan para obtener una descripción completa de los beneficios, las exclusiones, las limitaciones y las condiciones de cobertura. Las características y la disponibilidad del plan pueden variar según el lugar y el tamaño del grupo y están sujetas a cambios. Se considera que la información es precisa a la fecha de producción; sin embargo, está sujeta a cambios. Consulte [Aetna.com](#) para obtener más información sobre los planes de Aetna.

CareEngine® es una plataforma de tecnología confidencial desarrollada por ActiveHealth Management, Inc., una compañía de Aetna. En conjunto con los médicos, CareEngine analiza continuamente las reclamaciones y otros datos con las mejores prácticas según la evidencia, y alerta a los miembros y a sus médicos sobre posibles brechas en la atención y otras inconsistencias. La información no sustituye el diagnóstico ni el tratamiento de un profesional de salud.