

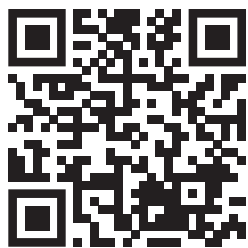
¿Todo listo para hacer un cambio que perdure?

En Moda Health, estamos a su disposición para brindarle apoyo en su trayecto hacia una mejor salud. Por eso, le ofrecemos nuestro programa de asesoramiento de salud para el manejo de enfermedades, disponible sin costo para los miembros elegibles.

Puede trabajar individualmente y de forma confidencial con un asesor de salud para lograr lo siguiente:

- Comprender mejor su afección con apoyo y educación personalizados.
- Establecer objetivos de salud que sean adecuados para usted, con planes de atención diseñados específicamente para sus necesidades.
- Conocer herramientas y consejos que lo ayudarán a tomar el control de su salud.
- Hacer cambios que perduren para mejorar la salud.

Al dorso de este folleto hay más información y respuestas a preguntas frecuentes.



¿Quiere probar el programa?

Complete una breve [encuesta](#) para informarnos cuándo y cómo comunicarnos con usted; también puede responderla escaneando con su teléfono inteligente el código QR que aparece en esta página. Un asesor de salud se pondrá en contacto con usted para indicarle qué hacer.

¿Tiene preguntas?

Llame al 800-913-4957 o envíe un correo electrónico a healthcoachteam@modahealth.com.

*Juntos,
podemos lograr
una mejor salud*



Preguntas frecuentes sobre asesoramiento de salud

¿Por qué tener un asesor de salud?

En Moda Health, sabemos que puede ser difícil hacer cambios, especialmente cuando hay que afrontar problemas de salud o enfermedades crónicas. Un asesor de salud acompaña, brinda apoyo para dar pequeños pasos que, con el tiempo, permiten lograr grandes resultados.

Los hábitos relacionados con la alimentación, la actividad física, el manejo del estrés, el sueño, y más, pueden ayudar a mejorar su salud y bienestar. Con la ayuda de un asesor de salud, puede adoptar hábitos que perduran y así lograr cambios.

¿Qué es el programa de manejo de enfermedades?

Es un programa individualizado diseñado para ayudar a los miembros a mejorar la salud general, incluso a revertir o prevenir problemas ocasionados por enfermedades crónicas. El programa está disponible sin costo para miembros elegibles de Moda Health, y les permite lo siguiente:

- Participar de sesiones individuales por teléfono o por video con un asesor de salud de Moda Health certificado por la junta profesional a nivel nacional.
- Hablar de sus motivaciones.
- Descubrir cómo alcanzar sus objetivos de salud.
- Superar dificultades.

¿Un programa de asesoramiento de salud reemplaza las visitas para recibir atención médica?

No. El asesoramiento de salud le brinda apoyo adicional para ayudarlo a ocuparse de su salud. No reemplaza los servicios que usted ya recibe de su médico.

¿Quién es elegible para participar?

Nuestro programa de asesoramiento de salud está diseñado para brindar apoyo a miembros que viven con ciertas afecciones crónicas que pueden mejorar significativamente con cambios en el estilo de vida, según se ha comprobado con estudios de investigación. Comuníquese con nosotros para saber si es elegible para participar.

¿Cuánto cuesta participar?

El asesoramiento de salud se brinda sin costo a los miembros elegibles de Moda Health.

¿Qué hace Moda Health para proteger mi privacidad?

Para proteger su información relacionada con la salud, Moda Health cumple con la Ley de Portabilidad y Responsabilidad del Seguro Médico (HIPPA), también llamada la "regla de privacidad".

¿Cómo obtengo más información?

Si le interesa registrarse u obtener más información, visite modahealth.com/health-coaching.

¿Tiene más preguntas? ¡Contáctenos

Llame al 800-913-4957 o envíe un correo electrónico a healthcoachteam@modahealth.com.

