



**QUEREMOS CUIDARTE  
ESTÉS DONDE ESTÉS**

**Gama PLENA**

LLÉVATE HASTA  
**150€**  
POR ASEGURADO  
DE SALUD  
Y DENTAL  
EN UNA TARJETA REGALO<sup>1</sup>

**Adeslas**

## En Adeslas te acompañamos para cuidar de tu salud

Nuestro compromiso es cuidar de ti y de los que más quieres, por eso en **Adeslas** te ofrecemos el seguro de salud más completo. Además, **si contratas ahora tu seguro de Salud con Dental, podrás disfrutar de más ventajas:**

LLÉVATE HASTA **150€** POR ASEGURADO DE SALUD Y DENTAL EN UNA TARJETA REGALO<sup>1</sup>

(**50€** + **25€**)

AL CONTRATAR SALUD      AL CONTRATAR DENTAL

**x2** SI CONTRATAS SALUD Y DENTAL<sup>2</sup>

### Además, contarás con:



#### Protección de pagos

Para que, con tu seguro de la gama **Plena**, puedas mantener tu cobertura y servicios asociados también en situación de desempleo<sup>3</sup>.



#### Servicios de salud digital

Acceso a la mayor parte del cuadro médico de Adeslas por videollamada o teleconsulta, chat de orientación médica, receta electrónica privada, autorizaciones *on-line*, etc.

Elige el seguro de la gama **PLENA** que mejor se adapte a tus necesidades y accede a 43.000 profesionales, 1.200 centros de asistencia, 27 Centros Médicos Adeslas y más de 190 Clínicas Dentales Adeslas. Y con tu póliza **DENTAL**, disfruta de servicios sin coste adicional, hasta un 50 % en tratamientos y financiación a medida.

# Calcula tu índice de salud y cuídate con Adeslas Salud y Bienestar



Descubre **Adeslas Salud y Bienestar**, la plataforma de **salud digital** que te acompaña en tu día a día para mejorar tu estilo de vida y la gestión proactiva de tu salud.

Gracias a esta plataforma puedes acceder a todos estos servicios personalizados:

## Índice de salud

Completa un breve cuestionario y podrás conocer tu índice de salud, además de numerosos consejos para descubrir áreas de mejora en tu estilo de vida.

## Orientación médica

Ponte en contacto con un médico a través del teléfono, por chat, *e-mail* o videoconsulta y resuelve tus dudas de medicina general, infantil o psicoemocional.

## Compromisos y retos

Conecta tu *app* o pulsera de actividad, márcate tus propios objetivos o apúntate a nuestros retos y empieza a sumar kilómetros.

## Planes personalizados

Descubre los planes virtuales con los que podrás mejorar tu alimentación, realizar rutinas deportivas con un entrenador personal, prevenir y controlar enfermedades y aprender sobre la salud familiar para cuidar de los tuyos.

## Coach de salud

Realiza un seguimiento de tu enfermedad con un profesional médico que te guiará y aconsejará.

## Segunda opinión médica

Contacta con un especialista para contrastar diagnósticos y obtener una segunda opinión médica.

Además, **participa en retos y planes para obtener puntos canjeables** por experiencias saludables o donaciones a organizaciones sin ánimo de lucro y mantente al día de todos nuestros contenidos de salud en nuestro blog y en nuestra *newsletter*.

Accede a través de la web [adessaludybienestar.es](https://adessaludybienestar.es)

o descárgate la **app Ahora tu! Salud y Bienestar**

