

No espere a que el dolor desaparezca... mejor haga lo siguiente

Descargue la aplicación de Kaia para obtener apoyo personalizado y a pedido que le ayudará a aliviar el dolor y vivir de una forma más saludable

Ya sea que tenga tortícolis, dolor de hombros o problemas de espalda más graves, puede ser difícil disfrutar de la vida cuando aparece el dolor. Para eso está Kaia. Se trata de una aplicación nueva que le demostrará que es posible aliviar el dolor, **sin costo adicional**, como parte de su plan de salud.

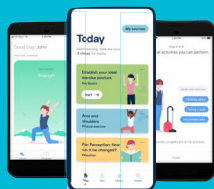
Usar Kaia le da acceso a mucho más

- ✓ **Cuidado a pedido para el alivio del dolor** desde la comodidad de una aplicación
- ✓ **Asesoramiento de salud directo** con profesionales certificados
- ✓ **Sesiones de ejercicio que se adaptan a usted**, algunas de tan solo 15 minutos
- ✓ **Sin costo adicional**, ya que está incluido en su plan de salud
- ✓ **Clases breves** que le ayudarán a reconocer el origen del dolor
- ✓ **Ejercicios de fortalecimiento** y técnicas de relajación para el manejo del dolor



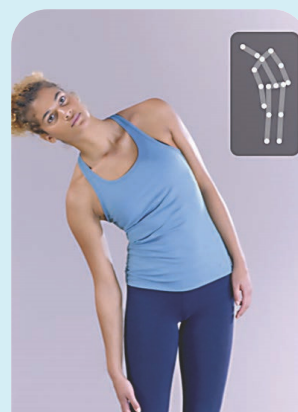
Descargue Kaia hoy mismo

Obtendrá un programa de alivio del dolor personalizado que se crea en el momento en que completa su inscripción. Comience con un programa de alivio del dolor personalizado y aprenda ejercicios útiles sin necesidad de horarios, salas de espera ni viajes.



Visite startkaia.com/uhc

Comentarios en tiempo real mientras se ejercita



Kaia realiza un seguimiento de sus movimientos a través de una tecnología con IA para asegurarse de que usted está realizando los ejercicios de manera adecuada y proporciona comentarios de audio y video en tiempo real para ayudarlo en el proceso. Así tendrá un programa que se adapte a sus niveles de acondicionamiento físico, dolor y movilidad para ayudarlo a manejar el dolor.



*Se proporciona sin costo adicional, como parte de su plan de salud.

© 2022 UnitedHealthcare Services, Inc. Todos los derechos reservados. WF3656609 206015A-102021 OHC