

00:05 ¿Te gustaría poder hablar con  
00:06 un médico en cualquier momento  
00:08 sin tener que ir al consultorio?  
00:10 Con la atención virtual puedes hacerlo.  
00:13 La atención virtual  
00:14 también se puede llamar tele salud o tele medicina.  
00:18 Pero más allá del nombre que le demos,  
00:20 es muy fácil de usar.  
00:22 Muchos proveedores de cuidado de la salud  
00:25 ofrecen atención virtual para sus pacientes,  
00:27 para que puedan conectarse en forma remota  
00:30 en tiempo real.  
00:31 Es posible que tu médico.  
00:32 ofrezca atención virtual  
00:34 durante su horario de atención.  
00:36 Si el consultorio de tu médico está cerrado  
00:38 o si es fin de semana y lo que tienes  
00:40 no es una emergencia,  
00:42 no es una emergencia,  
00:44 en myCigna punto com.  
00:45 Durante las 24 horas, los siete días de la semana.  
00:49 También es cómodo

00:50 si no puedes salir de tu casa o del trabajo,  
00:52 o si no tienes transporte.  
00:54 La atención virtual suele hacerse por videollamada,  
00:57 pero también puede hacerse por teléfono,  
01:00 por correo electrónico,  
01:01 a través de una aplicación  
01:03 o en un sitio web seguro.  
01:05 Desde dolor de oído y alergias  
01:07 hasta renovaciones de recetas  
01:09 y exámenes de bienestar.  
01:10 Los médicos de atención virtual pueden diagnosticar  
01:13 y tratar muchas condiciones médicas comunes.  
01:16 Cuando quieras  
01:17 programar tu consulta de atención virtual,  
01:19 tómate unos minutos para prepararte,  
01:22 así podrás tener la mejor experiencia posible.  
01:25 Primero,  
01:26 asegúrate de que tu teléfono móvil,  
01:28 tableta o computadora  
01:30 tengan una buena conexión de datos móviles  
01:32 o de wifi y estén cargados.  
01:35 Luego,

01:35 si harás una videollamada,  
01:37 tienes que poder usar la función de video  
01:39 y encender la cámara de tu teléfono móvil,  
01:42 tableta o computadora.  
01:44 Por último, busca un lugar tranquilo y privado con  
01:47 buena iluminación,  
01:49 como sucede cada vez que vas al médico.  
01:51 Te conviene aprovechar tu tiempo al máximo.  
01:54 Para eso es recomendable que tengas preparada  
01:57 una lista de síntomas, medicamentos y preguntas.  
02:01 También es útil tener papel y bolígrafo a mano  
02:04 para poder tomar nota sobre las recetas,  
02:07 los análisis de laboratorio  
02:09 o las consultas de seguimiento  
02:11 que te recomienda el médico.  
02:13 Ya sabes lo que necesitas.  
02:15 Así que la próxima vez que no te sientas bien  
02:17 o necesites hablar con un médico, inicia sesión  
02:20 en myCigna punto com  
02:22 y elige Find Care & Costs (Donde atenderse  
02:25 y cuánto cuesta).  
02:26 Te sentirás

02:27 bien con sólo saber que  
02:28 estarás en el camino correcto para sentirte mejor.  
02:32 y con la atención virtual  
02:33 nunca fue más fácil.