

Monitoree sus  
cambios de salud

Videos y Fotos

Grupos (Chats)

Notificaciones



Perfil de Riesgo

Información de salud

Estatus de Alérgenos

Reportes de salud

## ¿QUÉ ES MAPFRE FIT?

Una aplicación interactiva diseñada especialmente para usted. Ahora con registro y acceso fácil e inmediato al programa de bienestar de salud. Podrá leer e interactuar con artículos educativos, cuestionarios y foros que le ayudarán a conocer más sobre su estado de salud.

¿Cómo se puede beneficiar?

- Obtenga un plan personalizado de salud según los resultados de su perfil de riesgo.
- Regístrese al Programa de Manejo de Condiciones y de Embarazo.
- Busque las secciones que le ofrecen material educativo, con actualización de formas recurrente en temas como diabetes, asma e Hipertensión, entre otros .
- Realice iniciativas para el logro de sus medidas saludables, actividad física adecuada, registre su peso y monitoree sus cambios.
- Reciba notificaciones de salud de profesionales certificados en nutrición, actividad física y educación para su optimizar cuidado de salud.
- Reciba y envíe información de salud de forma interactiva.
- Participe de grupos de interés (chats) como: actividad física, control de peso, MAPFRE te informa, cuidando tu salud, salud mental y emocional y cesación de fumar.

**MAPFRE FIT** le ayudará a dirigirse hacia un estilo de vida saludable en temas como son la nutrición, control de peso, manejo de estrés, ansiedad, depresión y actividad física, entre otros. Tendrá la oportunidad de participar en programas de apoyo para el manejo de sus condiciones diagnosticadas. Si está embarazada disfrutará del acceso al programa de embarazo saludable, el cual le ayudará a prepararse para la llegada de su bebé. Con énfasis en la promoción de la lactancia materna a través de la entrega de un “voucher” para obtener una máquina de lactancia como beneficio por su participación en el programa.

Descarga la aplicación móvil **MAPFRE FIT** través de [www.maprefit.com](http://www.maprefit.com), Apple Store y Google Store.  
***Si tenemos salud, lo tenemos todo. En MAPFRE te cuidamos.***