

DKV Seguros presenta Quiero cuidarme, una solución digital gratuita para mejorar la salud de los españoles

La compañía lanza un reto a todos los ciudadanos para que mejoren su Índice de vida saludable, en una presentación que ha contado con la asistencia de Pilar Rubio y Jorge Fernández

DKV Seguros ha presentado este martes su nueva herramienta digital gratuita, *Quiero cuidarme*, que forma parte de una nueva campaña enfocada en la mejora del estado de salud de los españoles. Esta solución permite gestionar la salud de cada usuario desde el móvil construyendo su propia biografía personal mediante el registro de sus valores personales. El evento, que ha tenido lugar en el Espacio Trapézio de Madrid, ha contado con la participación de los presentadores Pilar Rubio y Jorge Fernández.

En *Quiero cuidarme*, cuando el usuario introduce sus datos obtiene su **Índice de vida saludable (IVS)**, una calificación de los hábitos y el estado personal de cada uno, que se obtiene mediante un algoritmo científico basado en **nueve parámetros**: calidad de sueño, actividad física, alimentación saludable, bienestar emocional, masa corporal, colesterol, glucosa, presión arterial y consumo de tabaco. Este IVS se contabiliza numéricamente, con un resultado del **0 al 1.000**, siendo esta última la cifra óptima para todos los ciudadanos. A partir de un cuestionario para cada uno de estos indicadores, se sitúa al usuario en un rango de “Nada saludable” a “Muy saludable”, resultando en una puntuación por indicador y en relación al sexo del usuario. Al sumar cada resultado individual, se obtiene el índice global del consumidor.

Con esta campaña, DKV Seguros lanza un reto a toda la sociedad: mejorar el IVS de los españoles, que actualmente se sitúa en una media de **693**, según los resultados de los primeros estudios que ha realizado la compañía, basado en los datos de cerca de medio millar de personas. En este sentido, de acuerdo con datos del último Estudio de Hábitos de Vida Saludable y Bienestar en la Mujer del Instituto DKV de la Vida Saludable, todavía son menos del 30% las mujeres que aseguran seguir hábitos de vida saludable, mientras que aquellas que prácticamente no se cuidan tienden más a la obesidad, en contraste con las que sí lo hacen, que están mayoritariamente en peso normal. Además, el 48,9% de las mujeres que practican ejercicio regularmente percibe su situación de bienestar como “muy buena”, evidenciando la vinculación entre deporte y bienestar. Cada vez más mujeres realizan actividad física por motivos de salud, un 52%, según nuestros datos, por encima de otras razones como querer adelgazar o por diversión. Entre los motivos que dificultan el seguimiento de un estilo de vida saludable se encuentran la falta de motivación (62%) o la de tiempo (28%), algo que el lanzamiento *Quiero cuidarme* también busca contrarrestar.

“Con el lanzamiento de esta herramienta, nuestro objetivo es concienciar a la población de que la salud es un todo global: no sirve solo comer bien o hacer ejercicio, se trata de seguir hábitos equilibrados en todos los aspectos”, explica el Director de Desarrollo de DKV Seguros y también médico, Julio Lorca, uno de los responsables de este lanzamiento. “Asimismo, cuestiones como el bienestar no deben descuidarse, especialmente en esta sociedad en la que el estrés, por ejemplo, es uno de los principales problemas”, apunta el especialista.

Calidad y diferenciación

Quiero cuidarme ofrece un diseño simple y visual, al sintetizar en un valor numérico todo el estado de salud de una persona. La herramienta plasma los nueve indicadores en una ruleta y diferencia el nivel de cada uno de ellos por colores (del rojo al verde, de peor a mejor). Asimismo, incluye dos variables que normalmente no aparecen en calculadoras de este tipo: la calidad del sueño y el bienestar emocional, dos indicadores fundamentales para la salud de los individuos.

Se trata de una aplicación gratuita al alcance de todos los ciudadanos, que está disponible tanto para Android como iOS, y permite sincronizar los valores de cada indicador con los dispositivos digitales de e-Health que utilice cada usuario, como por ejemplo Google Fit, Apple Health, Fitbit y Garmin. De esta forma, además de introducir datos manualmente, puede monitorizar de forma automática sus indicadores y completar su biografía personal de salud más fácilmente.

“*Quiero cuidarme* ofrece una visión global de la salud del usuario gracias al Índice de vida saludable, que permite fácilmente y de forma muy visual conocer las áreas a mejorar de su estilo de vida. Todo esto, con la confianza de una empresa de salud como DKV y el apoyo de nuestros expertos en evidencia científica”, explica Miguel García, director de Comunicación de DKV.

Además, García destaca que *Quiero cuidarme* “ofrece la posibilidad al usuario de apuntarse a planes de acción y retos para alcanzar los objetivos y tratar de mejorar así su estilo de vida y por lo tanto, su Índice de vida saludable, una funcionalidad que no ofrecen otras herramientas similares”.

Una campaña multiplataforma

Además de Pilar Rubio y Jorge Fernández, DKV se ha apoyado en un elenco de rostros conocidos, como la también presentadora Tania Llasera,

el periodista deportivo Manu Sánchez y la chef Susi Díaz, que protagonizarán la campaña televisiva. El lanzamiento de *Quiero cuidarme* también contará con otras figuras influyentes en el terreno digital.

Quiero cuidarme forma parte de Mi salud al día, una plataforma digital que rediseña el modelo de negocio tradicional del seguro de salud, en la que se integran los servicios asistenciales que sirven para cuidar la salud y también aquellos que permiten al usuario gestionar los factores que influyen en ella antes de que se produzca la enfermedad. La firma sigue renovando, así, su compromiso con el cuidado de la salud, entendido como un concepto mucho más amplio que va más allá del tratamiento de enfermedades y que engloba el seguimiento de un estilo de vida saludable y el fomento de unos hábitos equilibrados.

Grupo DKV es parte de ERGO, uno de los mayores grupos aseguradores en Alemania y Europa. ERGO, presente en más de 30 países, concentra su actividad en Europa y Asia, ofreciendo un completo espectro de seguros, provisión y servicios. Cerca de 43.000 personas trabajan para el grupo, entre empleados y agentes comerciales. ERGO pertenece a Munich Re, uno de los líderes mundiales en seguros y reaseguros.

En España, Grupo DKV está implantado en todo el territorio nacional con una amplia red de oficinas y consultorios, donde trabajan casi 2.000 empleados que dan servicio a cerca de 2 millones de clientes.