

# **La aceleración digital, el impulso decisivo que ha cambiado la forma de gestionar la salud y el bienestar**

**Según los datos del estudio "Cigna 360 Well Being", el desarrollo de nuevas tecnologías y su estímulo como consecuencia de la pandemia ha permitido garantizar una sanidad más accesible y equitativa, incluso en el ámbito laboral. De entre las ventajas derivadas de los avances tecnológicos se encuentra la anticipación de las circunstancias médicas y el desarrollo de dispositivos que monitorizan nuestra salud y que convierten a las personas en sujetos activos**

El desarrollo de nuevas tendencias en el ámbito sanitario siempre ha estado ahí, aunque no ha sido hasta esta reciente crisis cuando se han convertido, realmente, en una verdadera necesidad. Pese a que no es nada nuevo que todo aquello relacionado con la salud esté experimentando una transformación digital, en los últimos años sí que se ha visto una marcada aceleración en este proceso debido a la reciente pandemia mundial, que ha reformado la vida de millones de personas en todo el mundo y, en especial, la manera en la que se utilizan los servicios de salud.

Según los datos que ofrece el estudio 'Cigna 360 Well Being' en el caso de los españoles que hicieron uso de la asistencia médica virtual para chequeos o revisiones rutinarias, el porcentaje prepandemia era de un 6% frente a casi un 20% durante la pandemia. Más llamativo aún es el caso del uso de la telemedicina para la prescripción de recetas médicas, que pasó de un 12% a un 40%.

La ampliación y el desarrollo de soluciones digitales en los sistemas sanitarios y sociales ha provocado que los países mejor preparados en este sentido hayan sido los que mejor han soportado el impacto del Covid-19. En particular, la demanda de telemedicina ha crecido enormemente. Elena Luengo, Clinical & Medical Innovation Manager de Cigna España señala que "la tecnología está ayudando a gestionar el bienestar general. Desde que comenzó la pandemia, el número de citas virtuales que se solicitan se ha multiplicado exponencialmente, y este cambio será permanente, siendo la consulta virtual con un médico general o de familia, el servicio más demandado. En Cigna, se está invirtiendo en nuevas soluciones integrales que ayuden a las personas a tener un control de su salud, tanto mental como física, y a proporcionar tratamiento cuando y donde sea necesario."

Con motivo del Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo, Cigna identifica las ventajas derivadas de la aceleración digital que pueden contribuir a la mejora de la salud de la población y el bienestar en el trabajo:

La salud, accesible dentro y fuera de casa. El reto de las aplicaciones móviles y demás herramientas relacionadas con la telemedicina es el de conseguir una anticipación y adaptación a las circunstancias médicas de cada paciente para poder ofrecer una solución óptima a cada caso. La digitalización de historias y datos médicos convertirá al hogar en el lugar habitual para el cuidado y el seguimiento

rutinario de la salud, y los hospitales quedarán reservados para situaciones puntuales más críticas y emergencias. Además, muchos de los contactos médico-paciente se realizan de manera virtual para reducir los tiempos de espera y los desplazamientos, lo que se traduce en una menor incertidumbre, más tranquilidad y una mejora significativa en cuanto a costes derivados de desplazamientos.

Unos empleados fuertes física y mentalmente. Los avances tecnológicos están siendo el mejor aliado a la hora de prevenir y detectar enfermedades físicas y mentales. Los proyectos de innovación en biomedicina se centran, ahora más que nunca, en el cuidado del estilo de vida o en la detección temprana de enfermedades mentales y de su correspondiente asesoramiento. Gracias a los nuevos métodos de trabajo, que hacen posible la tan deseada libertad y flexibilidad laboral, se han reducido los niveles de estrés entre los empleados, convirtiendo al teletrabajo en la solución más efectiva para conciliar la vida personal y laboral. Y es que la cuestión de las enfermedades mentales en el trabajo es cada vez más imprescindible para las empresas. Además de la popularización de las sesiones de terapia online, nutrición o deporte, se está disparando el uso de la inteligencia artificial para mejorar la resiliencia mental y promover diversas técnicas de mindfulness que ayuden al bienestar emocional y personal y, como consecuencia, mejoren la productividad.

El valor de invertir en salud. El objetivo es conseguir un impacto positivo en la sociedad contribuyendo al bienestar general de la población y convirtiendo los proyectos de innovación sanitaria en soluciones reales. La sociedad está afrontando un envejecimiento de la población que supera con creces la esperanza de vida de hace años, y es esta población la que va a demandar mejores servicios y asistencia sanitaria a muy corto plazo. Además, surgen nuevas enfermedades derivadas de esta longevidad poblacional. Con los avances en tecnología, se fomenta la construcción de una sanidad más eficiente, sostenible, ágil y cómoda para los pacientes en la que todo el mundo pueda tener un acceso virtual equitativo de cara a sus citas rutinarias, así como el seguimiento de los pacientes crónicos.

El auge de los consumidores de salud. Si hay algo que ha acelerado la transformación digital de este sector es la constante necesidad de estar informados. El acceso a Internet y la facilidad de acceso a diversas fuentes de información, ha hecho que cuidarnos sea una prioridad absoluta. El desarrollo de aplicaciones móviles que monitorizan desde la calidad de sueño hasta las pulsaciones durante el ejercicio ha convertido en sujetos activos que buscan una motivación para mejorar su bienestar físico y emocional. En este sentido, el desarrollo de herramientas y biosensores que ayuden a los trabajadores a monitorizar el consumo digital de sus dispositivos de trabajo favorece el ser más conscientes de las horas frente a una pantalla, y recuerda que también es necesario descansar.

En Cigna, la innovación forma parte del ADN de la empresa y se apuesta continuamente por la implementación de soluciones digitales para mejorar el acceso a la salud integral. Gracias a estas mejoras, las personas están mejor informadas sobre su estado de salud actual y posibles enfermedades futuras. La puesta en marcha de estos adelantos garantiza un ecosistema de salud que promueve una relación segura, responsable y saludable con la tecnología existente en cualquier ámbito.

**Datos de contacto:**

Redacción

Madrid

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Medicina](#) [Telecomunicaciones](#) [E-Commerce](#) [Seguros](#) [Recursos humanos](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>