



¿Qué es Hinge Health?

¿Cómo funciona el programa?

Hinge Health ofrece planes de atención personalizados para ayudar a las personas a lograr sus objetivos de salud relacionados con la salud musculoesquelética (espalda, músculo y articulación).

¿Cómo ayuda Hinge Health?

Evalúan tu afección y te conectan con un equipo de cuidado clínico para ayudar a personalizar el tratamiento para ti.

¿Quién está en mi equipo de cuidado clínico?

Dependiendo de tu plan de tratamiento, tu equipo de cuidado clínico podría incluir un fisioterapeuta y un entrenador de salud. Mantendrás el mismo equipo de cuidado clínico durante toda tu experiencia.

¿Qué podría incluirse en mi plan de tratamiento?

1. **Acceso a la aplicación de Hinge Health** con ejercicios terapéuticos
2. **Visitas virtuales** con miembros de tu equipo de cuidado clínico
3. **Kit con una tableta y herramientas** para ayudar a guiar los ejercicios terapéuticos

¿Cuánto cuesta el programa?

Es gratis para los participantes elegibles. Esto incluye acceso a tu equipo de cuidado clínico, la aplicación de Hinge Health y cualquier material que te enviemos para ayudarte con tu atención.

¿Quién es elegible?

Los empleados y dependientes mayores de 18 años inscritos en un plan médico HelloFresh son elegibles.

¿Cómo hago una solicitud?

Realiza un breve cuestionario en línea siguiendo el enlace a continuación, informándonos sobre tu dolor. No se necesita derivación ni diagnóstico de un médico.



Ejercicios terapéuticos simplificados

Sigue en la aplicación para sesiones sencillas de ejercicios terapéuticos de 10 minutos.



Tratamiento de tu equipo de cuidado clínico

Obtén ayuda para superar el dolor, recuperarte de una lesión, prepararte para la cirugía y mucho más.



Escanea el código QR para obtener más información o haz la solicitud en hinge.health/hellofresh o llama al (855) 902-2777