Banner Plans & Networks

Consejos de Tecnología

3 pasos para estar más saludable

Con las opciones de atención médica en constante evolución, la tecnología es importante para acceder a servicios como las visitas de telesalud y los registros de salud electrónicos. Estas son algunas ideas tecnológicas:

Consejo 1: Como acceder a la internet.

Internet puede conectarlo con los proveedores. Necesitará un ordenador, tableta o smartphone y una conexión inalámbrica *(Wi-Fi)*. Hay recursos disponibles para ayudarlo a pedir prestadas computadoras y monitores u obtener teléfonos inteligentes con servicio celular.

Consejo 2: Herramientas para tomar las riendas de su salud.

- **Acceda a su historia clínica electrónica**
  Para acceder a su historia clínica electrónica, inicie sesión en el portal del paciente de su proveedor. Le recomendamos que llame al consultorio de su proveedor para obtener la dirección del sitio web (URL) o para configurar su portal del paciente.
- **Telehealth**
  Telesalud La telesalud le permite recibir atención médica de calidad en la comodidad de su hogar. Utilice un dispositivo de video como una computadora, tableta o teléfono inteligente. Más información en ***www.BannerHealth.com/Telehealth***.

Consejo 3: Mantenerse seguro en línea.

- **Practique la seguridad digital**
  Busque información de salud confiable en línea consultando fuentes confiables, como el gobierno y las organizaciones de salud. Use contraseñas seguras. Evite compartir información personal, como datos bancarios o de salud, cuando utilice redes Wi-Fi públicas.
- **Descargar aplicaciones**
  Las "apps", abreviatura de aplicaciones, son programas que puede descargar en su teléfono inteligente o tableta. Descargue aplicaciones de Apple App Store o Google Play.
- **Códigos QR**
  Los códigos QR vinculan objetos físicos con contenido en línea con un simple escaneo desde su teléfono inteligente en lugar de escribir la URL en la barra de búsqueda.

Pruebe este código QR para practicar.

Nuestro Centro de Atención al Cliente está disponible para cualquier pregunta que pueda tener. El número de teléfono del Centro de Atención al Cliente se encuentra en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro para mayor comodidad.