

#AppSegurosSURA

Manual de uso básico

VIVE MÁS

Vincula una aplicación de Salud



- 1 En el inicio tendrás la posibilidad de elegir una aplicación que capture la información de actividad física que realices.
- 2 Selecciona la aplicación que es compatible con tu dispositivo. Si no tienes aplicaciones compatibles, despliega la opción **Vermás Aplicaciones** para elegir aplicación de tu interés.
- 3 Sigue las instrucciones de vinculación correspondiente a la aplicación seleccionada.

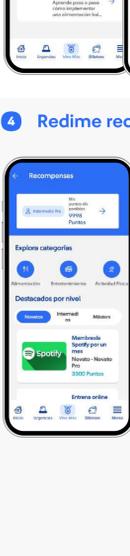
Si decides omitir este paso:

- 1 Recuerda que para poder acumular puntos y ganar recompensas debes sincronizar la App Seguros SURA con tu aplicación de salud.
- 2 Al elegir esta opción encontrarás en la experiencia de navegación esta información: "Descarga en tu dispositivo móvil una de las aplicaciones de salud que tenemos disponibles para poder vincular a Vive Más".
- 3 Si deseas vincular la aplicación dirígete a sección de inicio de Vive Más, opción Aplicaciones de Salud.

Al conectar una aplicación podrás visualizar la sección **Administrar Aplicaciones**:

- Vive Más solo permite tener una sola aplicación sincronizada.
- Si deseas desvincular la aplicación, da clic en el botón eliminar y podrás elegir otra aplicación de tu interés.

1 Diligencia el índice de Bienestar / Subíndices



- 1 Elige el hábito que quieres priorizar para tu bienestar.
- 2 Da clic en el botón **"completar"**.
- 3 Comienza a realizar la valoración de manera consciente y basado en realidad de tus actividades para completar el hábito.
- 4 Al final Guarda la valoración.
- 5 Lee la interpretación de tus resultados y comienza a disfrutar del contenido que tenemos "recomendado" para ti.

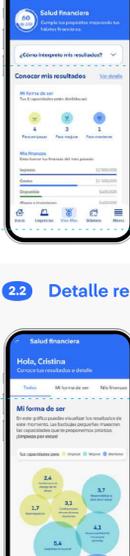
2 Accede a la línea de atención integral de salud mental



- 1 Ingresa al Hábito de **Salud Mental**.
- 2 Ve a la sección "Habla con un experto".
- 3 Da clic en el botón **"Abrir Chat"**.
- 4 Escribe la palabra "Vive Más".
- 5 Sigue las instrucciones indicadas en el chat de WhatsApp.

Nota: No es necesario tener diligenciado el subíndice del hábito de salud mental para acceder a la línea.

3 Visualiza el contenido



- 1 Ingresa al Hábito que te gustaría profundizar o aprender.
- 2 Selecciona la categoría de tu interés.
- 3 Elige el contenido que quieres visualizar.
- 4 Da clic en **"iniciar"**.
- 5 Disfruta del contenido.
- 6 Los contenidos de descubrir y conecta otorgan minutos de bienestar y los contenidos de transforma otorgan minutos de bienestar y puntos para redención.

4 Redime recompensas en el catálogo



- 1 Ingresar al Catálogo de recompensas
- 2 Dar clic en **"ver catalogo completo"**
- 3 Elige el producto de tu interés, validando que los puntos de redención sean suficientes para adquirirlo.
- 4 Elige la cantidad que deseas redimir del producto
- 5 Dar clic en **"Redimir ahora"**
- 6 Valida el resumen de tu redención (Cantidad de puntos y cantidad de productos)
- 7 Dar clic en **"siguiente"**
- 8 Diligencia tu información de manera correcta y precisa
- 9 Al final dar clic en **"Finalizar redención"**
*Debes elegir uno a uno **los productos** que deseas adquirir y realizar el proceso anterior.

Nota: El catálogo de recompensas solo aplica para usuarios de Plan 1 y Plan 2, para conocer a qué plan perteneces, consulta los **equi Términos y condiciones de Vive Más**.

*Los usuarios podrán visualizar las recompensas de todos los niveles, pero sólo lograrán redimir las correspondientes a su nivel o el nivel inmediatamente anterior (si aplica).

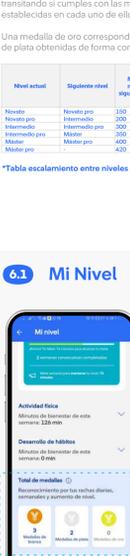
Funcionalidades Vive Más

1 Hábitos



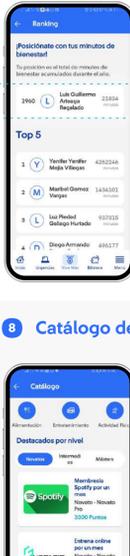
- Cada hábito tiene un subíndice que podrás diligenciar y el resultado te indicará tu estado actual de bienestar con respecto al hábito.
- Además, en cada hábito encontrarás cursos agrupados en categorías, las cuales te apoyan en el enfoque correcto que debes llevar para el desarrollo de los hábitos.
- Encontraras cursos recomendados dadas las respuestas del índice de bienestar.
- También visualizaras contenido destacado.
- Tendrás la posibilidad de filtrar tus cursos en estado sin iniciar y completados.
- Encontraras distintos formatos en nuestros cursos: video, PDF y podcast.
- Periódicamente encuentras contenido nuevo en cada uno de los hábitos.
- Por visualizar el contenido obtendrás minutos de bienestar y puntos de redención (por los que aplica).

2 Subíndice Salud financiera



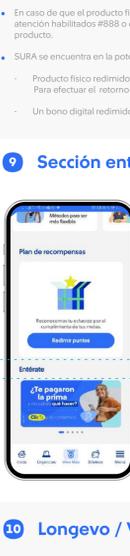
- El hábito de Salud Financiera tiene una valoración del subíndice segmentada por momentos, en donde cada uno de ellos tiene una serie de preguntas que deberán ser diligenciadas en su totalidad para obtener el resultado de todo el subíndice.
- Podrás diligenciar cada uno de los momentos con calma y a tu ritmo, esta sección te permitirá conocer cuál es el nivel de acuerdo con el nivel de tu Salud Financiera, y además te permitirá beneficiarte de acompañamientos de acuerdo con tu resultado, para que sigas trabajando en este hábito.

2.1 Resultados subíndice Salud Financiera



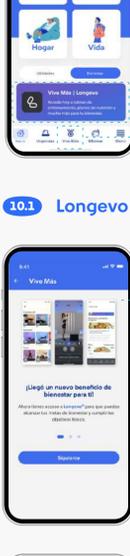
- Una vez diligenciado el subíndice de Salud Financiera encontrarás tus resultados.
- Aquí podrás visualizar información de tu Salud Financiera, desde el frente psicológico denominado "Mi forma de ser" y desde el frente financiero denominado "Mis finanzas".
- En esta pantalla encontrarás también el reporte de central de riesgos y el plan de acción.
- Solo tendrán plan de acción los usuarios que luego del diligenciamiento de este subíndice, se encuentren en nivel de riesgo alto, medio o bajo.

2.2 Detalle resultados – Mi forma de ser



- Cuando ingresas al detalle de los resultados, encontrarás más información de cada uno de los resultados.
- En mi forma de ser, encontrarás un gráfico que permite visualizar los resultados de este momento. Las burbujas pequeñas muestran las capacidades que te proponemos priorizar, ¡juegale por estas!
- Además, podrás encontrar información detallada de cada cada capacidad, para que comprendas conceptualmente a qué hacen referencia, y sea más fácil abordarlas.

2.3 Detalle resultados – Mis finanzas



- En mis finanzas, encontrarás un gráfico de barras, que muestra información de tus finanzas, aquí podrás visualizar detalle de tus ingresos, gastos, disponible y ahorros e inversiones. Esto te permitirá tener un panorama general de tus finanzas, y poner en práctica tus gustos, para que estén siempre por debajo de tus ingresos.
- Además, podrás encontrar información detallada de cómo se encuentran divididos tus gastos.

3 Conocer mi plan de acción en Salud Financiera



- En la pantalla de resultados de Salud Financiera, encontrarás la sección "Mi plan de acción" esta sección te permitirá conocer cuál es el nivel de acuerdo con el nivel de riesgo que obtuviste como resultado del diligenciamiento de este subíndice.
- Para usuarios que luego de obtener resultado del diligenciamiento del subíndice de Salud Financiera obtuvieron un nivel de autogestión, no tendrán plan de acción, ya que no requieren acompañamiento y pueden gestionar de manera independiente los servicios de acompañamiento de acuerdo con tu resultado, para que sigas trabajando en este hábito.
- Para los usuarios que obtuvieron un nivel de riesgo alto, medio o bajo, mediante los diferentes contenidos que tiene el Hábito de Salud Financiera.

3.1 Conocer mi plan de acción en Salud Financiera



- Al ingresar al plan de acción, podrás conocer los detalles de tu plan, en donde de acuerdo con tu nivel de riesgo, podrás tener un acompañamiento psicológico-financiero y un acompañamiento especialista financiero. Los acompañamientos se otorgan solo para usuarios con un nivel de riesgo alto, medio o bajo.
- El usuario que en el botón solicitar, se enviará una solicitud y pronto recibirá una llamada para agendar tu acompañamiento de acuerdo con la disponibilidad.
- *Para los usuarios pertenecientes a plan 1 y 2, los acompañamientos están incluidos en su plan de forma gratuita. Para usuarios de Plan 3, la solicitud de acompañamiento tendrá un costo, el valor del acompañamiento se verá reflejado junto al botón de solicitar.

4 Actividad reciente y más contenido para ti

- En la sección **actividad reciente** encontrarás los últimos contenidos que has realizado, estos siguen estando a disposición para que puedas ingresar a ellos y fortalecer el aprendizaje, (si realizas un contenido que previamente ya fue completado, no tendrás puntos por este contenido, pero sí minutos de bienestar).
- La sección **"Más contenidos para ti"** entrega recomendaciones de contenidos que están pensados para ti, para que sigas trabajando en tus hábitos. Los contenidos se ordenan de tus resultados del índice de bienestar y los hábitos que debes priorizar, (seleccionar los contenidos que deseas priorizar para obtener recomendaciones). Adicional, tendrás contenidos destacados de todos los hábitos, en donde encontrarás contenidos nuevos y actualizados.

5 Mi Resumen

- **Índice de Bienestar:** Es una valoración que permite medir el nivel de desarrollo de tus hábitos para el bienestar. El resultado de esta valoración entrega tres perfiles diferentes de clasificación:
 - Perfil Principante 0-40
 - Perfil Intermedio 41-70
 - Perfil Experto 71-100.
- **Nivel:** El nivel en el que te encuentras de acuerdo a tu avance en el cumplimiento de tus metas semanales, a medida que acumulas minutos de bienestar puedes subir de nivel, si dejas de acumular minutos podrás bajar de nivel.
- **Ranking:** Aquí visualizarás tu posición en el ranking de Vive Más (frente a todos los usuarios activos de Vive Más).
- **Minutos de bienestar y su acumulación:** Es el tiempo que inviertes en actividades que ayudan a transformar tus hábitos como:
 - Completar las valoraciones o subíndices de bienestar
 - Completar los cursos del programa
 - Los minutos son la variable que alimenta el Ranking Vive Más

5.1 Mi resumen

- **Puntos de redención:** Son los puntos que ganas por las siguientes actividades:
 - sincronización de tu actividad física
 - Completar las valoraciones o subíndices de bienestar
 - Completar algunos cursos del programa
 - Curso tipo A: curso que dura minutos para el ranking y puntos para redención
 - Curso tipo B: curso que acumula a lo largo del mes se vencerán el primer día del mismo mes en el año siguiente.
 - Si en octubre de 2023, acumulaste 5.000 puntos, estos vencerán el 1 de octubre de 2024.
 - Según el plan* en el que te encuentres, varía el valor de puntos que puedes acumular.
 - El top máximo de acumulación de puntos independiente del nivel en el que te encuentres es de 150 puntos semanales, más 100 puntos que obtienes en el cumplimiento por el cumplimiento de tu meta.
 - Si alcanzas una medalla de oro, por cumplir la meta durante 3 semanas consecutivas, te otorgamos 300 puntos.
 - No es posible la transferencia de puntos entre usuarios.
 - Si cambias de plan, tus puntos serán transferidos a tu nuevo plan.
- *Para conocer a qué plan perteneces, consulta los **equi Términos y condiciones de Vive Más**.

6 Mi Nivel

- **Nivel:** El nivel en el que te encuentras.
- **Escalamiento entre niveles y meta semanal:** Contamos con 6 niveles en los cuales podrás ir transitando si cumples con las medallas de oro establecidas en cada uno de ellos. Una medalla de oro corresponde a 3 medallas de plata obtenidas de forma consecutiva.
- **Tabla escalamiento entre niveles**
- **Tabla para sostenerse entre niveles**

6.1 Mi Nivel

- **Medallas:** Se cuentan con tres tipos de medallas:
 - **Medalla de bronce:** es la medalla que representa el cumplimiento de la meta diaria; puedes seleccionar los días de la semana que quieras destinar para el cumplimiento de tu meta y la plataforma te calcula la cantidad de minutos que debes acumular para cumplir la meta semanal.
 - Podrás elegir la distribución de tu meta entre 1 y 6 días máximo (garantizando 1 para el descanso)
 - Podrás cambiar tu meta en días cada semana si así lo deseas
 - La medalla solo puede ser ganada 1 vez al día.
 - **Medalla de Plata:** es la insignia que reconoce el cumplimiento de la meta semanal obtenida por un usuario según el nivel en el que se encuentre o al nivel al que quiera ascender. Ver: "Tabla escalamiento entre niveles" y "Tabla para sostenerse entre niveles"
 - 3 medallas de plata consecutivas equivalen a una medalla de oro.
 - El cumplimiento de la meta semanal se contabiliza del lunes a domingo.
 - **Medalla de Oro:** es la insignia que reconoce el cumplimiento de la meta semanal alcanzada del usuario por 3 semanas consecutivas, representando en la acumulación de 3 medallas de plata. La meta varía según el nivel en el que te encuentres o al nivel al que quieras ascender. Ver: "Tabla escalamiento entre niveles" y "Tabla para sostenerse entre niveles"

7 Ranking

- El ranking se calcula con la suma individual de los minutos de bienestar que hayas acumulado en el transcurso del año vigente.
- La vigencia del Ranking es semestral, va del 1 de enero al 30 de junio, y del 1 de julio al 31 de diciembre del mismo año. Al final de cada semestre, el ranking vuelve a iniciar, esto no afectará la acumulación de puntos ni del Nivel, solo la posición en el ranking.
- El ranking mostrará de manera descendente la posición de los 5 usuarios que más puntos han acumulado en el transcurso del año vigente.

8 Catálogo de recompensas

- Los usuarios del Plan 1 y Plan 2 podrán redimir los productos y servicios del catálogo de acuerdo con la cantidad de puntos que tengan disponibles y el nivel en el que se encuentran.
- Los usuarios del Plan 3 podrán visualizar el catálogo, pero no tendrán la posibilidad de redimir de acuerdo con las condiciones de plan. Para acceder a las redenciones, deberían comunicarse con su asesor para cambiarse a un plan en el que puedan redimir sus puntos.
- **Catálogo de Recompensas**
 - Los premios del catálogo pueden variar en cualquier momento, no son permanentes, ni se garantiza la disponibilidad de estos.
 - Las recompensas están enfocadas en la adopción de hábitos saludables.
 - Entre las categorías habitadas se destacan: actividad física, membresía, alimentación, moda, entretenimiento, movilidad, seguridad.
 - Los usuarios podrán visualizar las recompensas de todos los niveles, pero sólo podrán redimir las de su nivel o niveles anteriores.
 - Es responsabilidad del usuario validar la fecha de vigencia de los bonos digitales para su debido uso.
 - Es responsabilidad del usuario validar la cobertura y condiciones de uso de un producto o servicio de su interés antes de la redención de este.
- SURA no se hace responsable por el hurto o la pérdida del bono digital redimido, ni por incumplimiento en las garantías y tiempos de entrega por parte del aliado que emitió el bono.
- Los tiempos entrega de productos físicos redimidos a través del catálogo de Vive Más varían entre 2 y 8 días hábiles.
- En caso de que el producto físico redimido no se encuentre en buenas condiciones, deberás reportarlo a través de los canales de atención habilitados #888 o en el chat de Ayuda en la App en un periodo máximo de 48 horas después de haber recibido el producto.
- SURA se encuentra en la postea de analizar los casos sujetos a tu cuenta de puntos redimidos, tales como:
 - Producto físico redimido entregado en malas condiciones y no se cuenta con inventario para hacer reposición de este. Para efectuar el retorno de los puntos, es necesario que el usuario realice la devolución del producto.
 - Un bono digital redimido presente errores y no se cuenta con inventario para hacer reposición de este.

9 Sección entérate

- En esta sección podrás encontrar información acerca de eventos, noticias, novedades, promociones y muchos temas de interés que se relacionan con tu bienestar, constantemente actualizamos esta sección para que te mantengas informado de todo lo que ocurre en SURA.

10 Longevo / Vive Más

- Ingresa desde la App Sura a Vive Más/Longevo en cualquiera de las dos opciones:
 - 1 En el home de la App Sura, Ingresa a la pestaña "bienestar" y da clic en la card Vive Más/Longevo.
 - 2 En la barra inferior de la App Sura, ubica el icono de Vive Más, y da clic para acceder a la experiencia Vive Más/Longevo.

10.1 Longevo / Vive Más

- Al ingresar a Vive Más, tendrás acceso al nuevo beneficio de bienestar.
- Aquí encontrarás un pequeño resumen de todo lo que tendrás en la experiencia Longevo.
- Luego, deberás actualizar tus datos personales* (esto garantizará el correcto acceso a la aplicación Longevo de acuerdo a tu vinculación actual con SURA).
- *Este paso es obligatorio y necesario para poder disfrutar de la experiencia de bienestar en Longevo.

10.2 Longevo / Vive Más

- **Escenario 1: Exito /** Usuario tiene instalada la app de Longevo
 - 1 Podrás elegir entre dos opciones, abrir Longevo y vivir la experiencia, o continuar a Vive Más, y seguir navegando en la experiencia actual.
 - 2 Si eliges la opción de continuar a Vive Más, podrás elegir entre dos opciones, descargar Longevo y crear tu cuenta para vivir la experiencia actual, o continuar a Vive Más, y seguir navegando en la experiencia actual.
- **Escenario 2: Error en actualizar los datos.**
 - Si al momento de actualizar tus datos, ocurre un error, visualizarás esta pantalla con un mensaje que informa que la solicitud no pudo ser procesada con éxito. Por lo tanto, podrás intentar nuevamente a realizar el proceso más tarde.
 - Si el problema persiste deberás reportar el incidente para que el equipo de soporte pueda revisarlo y darte una pronta solución.
 - Reportar incidente. [Aquí](#)
 - Reportar incidente. (solo colaboradores SURA) [Aquí](#)

¡Obtén Longevo y comienza el camino hacia una vida más saludable!

Dentro de la experiencia de Vive Más, en el home, encontrarás una card que te permitirá tener un acceso directo a la aplicación de Longevo para que disfrutes de este nuevo beneficio.

De igual manera, en Vive Más podrás seguir disfrutando las funcionalidades y beneficios que ya conoces:

[Recuerda] Vive Más/Longevo, te entrega una oferta integral más completa para seguir trabajando en tu bienestar.