

## Domande frequenti sulla valutazione breve Helsana

### Informazioni generali sulla valutazione breve

#### **Che cos'è la valutazione breve?**

La valutazione breve è uno strumento per l'autovalutazione della situazione personale finalizzata a intraprendere in modo proattivo misure relative alla salute.

#### **La valutazione breve è un prodotto medico?**

No, la valutazione breve non è un prodotto medico e non sostituisce in alcun modo la consulenza personale, l'esame o la diagnosi da parte di personale medico specializzato.

#### **Chi ha sviluppato la valutazione breve?**

La valutazione breve è stata ideata da esperte ed esperti del gruppo Helsana, basandosi sulla letteratura attuale.

#### **Chi può usufruire dell'offerta?**

La valutazione breve è disponibile gratuitamente per tutte le persone fisiche che possiedono un'assicurazione integrativa Helsana, nonché su [helsana.ch](https://helsana.ch).

#### **Perché dovrei utilizzare la valutazione breve?**

La valutazione breve ha lo scopo di motivare i suoi utenti ad attivarsi a beneficio della propria salute, prestando attenzione al proprio benessere nonché ai relativi limiti con regolarità. Sulla base di alcune domande viene rilevato un quadro complessivo della situazione personale. Il feedback ricevuto successivamente fornisce importanti informazioni e consigli finalizzati a migliorare in modo mirato la situazione personale e segnala possibili offerte di sostegno di Helsana Assicurazioni integrative SA e non solo. La valutazione breve non sostituisce in alcun modo la consulenza personale, l'esame o la diagnosi da parte di personale medico specializzato.

## **Su quali dispositivi posso compilare la valutazione breve?**

La valutazione breve può essere compilata su diversi dispositivi, come PC, tablet e smartphone.

## **Devo registrarmi per poter usufruire della valutazione breve?**

No, non è necessaria alcuna registrazione per poter utilizzare la valutazione breve.

## **In quali lingue è disponibile la valutazione breve?**

La valutazione breve è disponibile in tedesco, francese, italiano e inglese.

## **Devo rispondere a tutte le domande della valutazione breve?**

No, non è necessario rispondere a tutte le domande. Nel feedback sulla situazione personale verranno forniti tuttavia soltanto consigli relativamente alle domande per le quali si è inserita una risposta. Per questo ogni risposta è importante.

## **Posso accumulare punti Plus nell'app Helsana+ con la valutazione breve?**

Sì, in quanto persona assicurata con assicurazione integrativa o di base del gruppo Helsana è possibile accumulare ogni anno fino a 200 punti con la valutazione breve.

## **Come ottengo i punti Plus Helsana+ per la valutazione breve che ho compilato?**

Se dispone di un'assicurazione integrativa o di base del gruppo Helsana, potrà raccogliere punti Plus tramite l'app Helsana+. Come prova, può effettuare uno screenshot della pagina conclusiva, ossia la pagina che compare quando si clicca sul pulsante «Terminare» alla fine del feedback sulla sua situazione personale.

## **Quanto spesso dovrei compilare la valutazione breve?**

Le consigliamo di compilare la valutazione breve ogni tre mesi o in occasione di cambiamenti personali. In questo modo saprà in qualsiasi momento com'è la sua situazione attuale.

## **Quanto tempo mi occorre per compilare la valutazione breve?**

La compilazione della valutazione breve richiede soltanto due minuti. Consigliamo di prendersi del tempo in seguito per leggere attentamente il feedback sulla situazione personale.

## **Per quanto rimane aperta la valutazione breve?**

È possibile compilare la valutazione breve per tutto il tempo in cui rimane aperta nella finestra del browser. A condizione che la finestra del browser non venga chiusa, è possibile interrompere temporaneamente la compilazione e completarla in più fasi.

Importante: chiudendo la finestra del browser con la valutazione breve, le risposte inserite non vengono salvate e sarà quindi necessario ricominciare nuovamente in un secondo momento.

## **Posso interrompere la compilazione della valutazione breve e riprenderla in un secondo momento?**

No, è possibile compilare la valutazione breve soltanto per il tempo in cui rimane aperta la pagina nella finestra del browser. La funzione di interruzione non è disponibile.

## **Feedback sulla sua situazione personale**

### **A cosa serve il feedback sulla situazione personale?**

Il feedback le fornisce informazioni sulla sua situazione personale attuale, allo scopo di aiutarla a fare qualcosa di buono per la sua salute. Solo lei riceve i risultati. Se ha domande in merito o necessita di assistenza, richieda le offerte di sostegno segnalate in calce alla pagina. Può decidere in autonomia se e con chi parlare del suo feedback.

### **Posso scaricare il feedback sulla situazione personale della valutazione breve anche in un secondo momento?**

No, il feedback sulla situazione personale deve essere scaricato e salvato sul dispositivo dopo aver terminato la valutazione breve.

### **Il feedback sulla situazione personale ricevuto a seguito della valutazione breve è visualizzabile solo da me?**

Sì, il feedback sulla situazione personale è visibile solo a lei subito dopo aver compilato la valutazione breve.

## **A chi mi posso rivolgere in caso di domande sulla valutazione breve?**

In caso di domande sulla valutazione breve, la invitiamo a rivolgersi a [health.management@helsana.ch](mailto:health.management@helsana.ch)

## **Protezione dei dati nel contesto della valutazione breve**

### **Chi gestisce la piattaforma della valutazione breve?**

Helsana Assicurazioni integrative SA è proprietaria e distributrice della soluzione software valutazione breve. La valutazione breve è gestita da Health & Medical Service AG.

### **Dove vengono salvate le mie risposte al questionario?**

Le risposte al questionario sono salvate su un server esterno indipendente da Helsana, che si trova in Svizzera. La valutazione breve è gestita e sviluppata a livello tecnico da Health & Medical Service AG. Helsana Assicurazioni integrative SA non ha accesso diretto al server.

### **Cosa accade ai miei dati?**

Non è possibile associare le risposte a una determinata persona.

Eccezione:

in quanto persona dotata di assicurazione integrativa Helsana lei ha comunque la possibilità, se lo desidera, di trasmettere il codice a 8 cifre annotato sul feedback sulla situazione personale in occasione di una consulenza sulla salute richiesta presso Helsana. In questo modo i consulenti sulla salute potranno visualizzare il feedback sulla sua situazione personale durante la consulenza personale. I suoi dati non vengono inoltrati all'attività assicurativa del gruppo Helsana.

Gli stessi dati possono essere utilizzati esclusivamente in forma anonimizzata per scopi scientifici. L'uso dei dati a fini scientifici è conforme agli standard legali e contenutistici della ricerca.

Eventuali richieste di accesso, rettifica o cancellazione dei suoi dati possono essere presentate esclusivamente nell'ambito di una consulenza sulla salute da lei richiesta. La invitiamo a tal proposito a rivolgersi direttamente a [health.management@helsana.ch](mailto:health.management@helsana.ch).