



# ThinkHero<sup>SM</sup> y ThinkWarrior<sup>SM</sup>

## Ayudar a niños y adolescentes a vencer la ansiedad

¿Su niño o adolescente está demasiado preocupado o temeroso por las tareas diarias, tiene problemas para dormir o pesadillas, o evita los entornos sociales? ThinkHero y ThinkWarrior pueden ayudarles a gestionar sus miedos y preocupaciones.

### ¿Qué son ThinkHero y ThinkWarrior?

El programa de Bienestar emocional digital de Magellan Healthcare, impulsado por NeuroFlow, incluye ThinkHero para niños de 6 a 12 años y ThinkWarrior para niños de 13 a 17 años. Estos programas digitales de terapia cognitivo-conductual clínicamente validados ayudarán a su hijo a desarrollar habilidades de por vida para hacer frente a la ansiedad. Y se ofrecen sin costo para usted.

### ¿Cómo funcionan los programas?

ThinkHero y ThinkWarrior le enseñan a su hijo a lidiar con la ansiedad a través de historias con las que puede identificarse. Un niño y un adolescente ficticios narran los programas y guían a su hijo a través de una serie de nueve pasos autodirigidos. Su hijo también puede elegir un ayudante adulto para apoyarlo, motivarlo y recompensarlo por su progreso. Estos programas privados se ofrecen a través del programa de Bienestar emocional digital de Magellan, impulsado por NeuroFlow. Úselos en cualquier lugar y en cualquier momento. Todo lo que necesita es un dispositivo móvil que pueda reproducir videos.

### ¿Todo listo para comenzar?

Si ya usa la aplicación NeuroFlow, siga estos pasos para acceder a ThinkHero o ThinkWarrior.

- 1 Abra la aplicación NeuroFlow, vaya a la página de inicio y pulse "Discover" (Descubrir) en el medio de la barra de navegación en la parte inferior de la página.
- 2 Pulse "See All" (Ver todos) a la derecha de "Journeys" (Viajes) en la parte superior de la página.
- 3 Desplácese hacia abajo hasta "Magellan DCBT" en la parte inferior de la página.
- 4 Pulse "See All" (Ver todos) y, a continuación, seleccione "ThinkHero" o "ThinkWarrior" para comenzar el viaje de su hijo. Después de comenzar el viaje en la aplicación NeuroFlow, también puede acceder a los programas en la versión web de NeuroFlow.



¿No es usuario de NeuroFlow? Visite el sitio web para miembros de Programa de Asistencia al Empleado en Member.MagellanHealthcare.com o escanee el código QR para comenzar.

