

Conozca Soluna ✨ Tu salud mental. A tu manera.

¡Hola!

Me complace presentarte Soluna: una aplicación móvil nueva, innovadora y completamente gratuita que te ofrece apoyo confidencial de salud mental, estés donde estés en tu recorrido.

¿Te estresan los exámenes?

¿Te cuesta aceptarte?

¿Te has metido en una relación difícil?

No importa lo que tengas en mente, Soluna está a tu disposición para brindarte apoyo.

¿Por qué Soluna?

Todos somos diferentes. Nuestros gustos son diferentes, nuestras historias son diferentes, y lo que necesitamos para cuidar de nuestra salud mental también es diferente. Es por eso por lo que Soluna se diseñó para ser un espacio en donde puedas ser tú mismo.

Un universo de herramientas a tu alcance

En la aplicación Soluna, encontrarás una amplia variedad de recursos y herramientas de salud mental para que puedas encontrar el apoyo adecuado para ti.

🛠 Herramientas interactivas: usa el Agitador de pensamientos, el Registro de estados de ánimo, el Tablero de estrellas, entre otros, para desestresarte, encontrar la calma y renovarte.

👤 Mentores de Soluna: chatea con un profesional para una orientación personalizada e individualizada

🧠 Contenido único: explora cuestionarios, chats de texto, actividades de deslizamiento... e incluso compras de alimentos con Tiny Hands.

📖 Tu diario digital: expresa tus sentimientos, anota ideas o esboza un gran sueño.

🧘 Ejercicios y meditaciones de respiración: relájate y calma tu mente, ya sea durante una hora o por solo 3 minutos.

💡 Foros de la comunidad: publica una pregunta, pide consejos o analicen juntos un programa favorito (¡tú eliges!).



El compromiso que Soluna tiene contigo

El acceso a la aplicación Soluna es 100% gratuito. No mostramos anuncios ni vendemos los datos personales. Solo ofrecemos apoyo para la salud mental completamente seguro y anónimo, que está disponible en todo momento, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

3 pasos para comenzar

1. Encuentra Soluna en el App Store o Google Play
2. Ingresa tu código postal de California y fecha de nacimiento
3. Emprende tu recorrido por el Solunaverso

¿Todavía no te decides? Siéntete libre de explorar primero como usuario invitado.



Si tienes alguna pregunta o necesitas más información, no dudes en comunicarse con nosotros.

O puede obtener más información en SolunaApp.com

Te deseo todo lo mejor,
[Nombre de ejemplo]
[Puesto de ejemplo]