

Protector solar frente a bloqueador solar

“Bloqueador solar” y “protector solar” a menudo se utilizan indistintamente para describir distintos tipos de protección UV líquidos o en aerosol. Sin embargo, ¿sabías que son dos productos distintos con ingredientes, texturas y métodos de protección solar diferentes?

Los protectores solares absorben los rayos ultravioleta del sol y **los convierten en calor**. Deben aplicarse con un masaje sobre la piel al menos **20 minutos antes de la exposición al sol**. Ya que la piel absorbe los bloqueadores solares, **no dejan un tono blanquecino**.

Los bloqueadores solares reflejan los rayos ultravioleta de vuelta al medio ambiente. Se aplican directamente sobre la piel justo antes de exponerse al sol y actúan como una **barrera física** entre tú y el sol. Los ingredientes de los bloqueadores solares incluyen **óxido de zinc o dióxido de titanio**, que es lo que les da ese tono blanco característico.

Los protectores solares y los bloqueadores solares ofrecen una protección muy eficaz contra la luz ultravioleta. Los protectores solares son mucho **más fáciles de aplicar y tienen mejores fórmulas resistentes al agua**, por lo que pueden ser una mejor opción para actividades al aire libre y para nadar. Las personas con piel sensible o propensa al acné pueden preferir los bloqueadores solares **son menos propensos a provocar brotes de acné o reacciones alérgicas**.

La protección UV debe volver a aplicarse cada **dos horas**, a menos que tu piel empiece a parecer seca, se enrojezca o empieces a sentir picazón o ardor. **Estas son señales de que la protección UV ha dejado de actuar**. Si vas a nadar bajo el sol durante largos períodos, los protectores y los bloqueadores solares etiquetados como “resistentes al agua”, durarán más que los de protección UV normal, sin embargo, es necesario volver a aplicarlos **cada 40 u 80 minutos**.

Seguro médico para la vida universitaria


Cartas de admisión, compañeros de cuarto y muebles para dormitorios; hay muchas cosas que tener en cuenta cuando te preparas para ir a la universidad. Puede que el seguro médico sea una de tus últimas preocupaciones, pero no querrás verte en la situación de tener que pagar de tu bolsillo las consultas médicas cuando haya un brote de gripe. Hay muchas opciones de seguro médico para estudiantes universitarios que te ayudan a mantenerte sano mientras asistes a clase.

Los estudiantes universitarios menores de 26 años pueden seguir en el plan de sus padres, que es una gran opción para los estudiantes a tiempo completo al inicio de sus carreras. Sin embargo, si vas a estudiar en una universidad fuera del estado o en un área nueva, es posible que no haya médicos y hospitales de la red disponibles. En este caso, el seguro médico que ofrece tu universidad podría ser una mejor opción. **A menudo más asequible que la atención médica privada, el seguro médico patrocinado por la universidad ofrece una buena cobertura de la atención médica en el campus**. La ACA regula la mayoría de los planes de seguro médico patrocinados por las escuelas y cubren los **10 beneficios fundamentales** de la ACA, que incluyen visitas al médico y servicios de salud mental, pediatría y prevención.

También puedes solicitar directamente mediante el **mercado de ACA** durante el período de inscripción abierta o en cualquier momento del año si tienes un **hecho de vida calificador**.

Para algunos estudiantes, Medicaid puede ser una opción. Medicaid ofrece un seguro médico gratuito o a bajo costo a las personas con ingresos que califican. **La elegibilidad** de los planes de Medicaid depende de tu estado. La atención médica privada es otra opción, aunque esta puede tener un costo más elevado.

Kaiser Permanente, Blue Cross and Blue Shield of Texas y UHC todas ofrecen planes para estudiantes universitarios con redes más grandes que podrían cubrir más que solo los beneficios fundamentales de la ACA.



ASPECTOS DESTACADOS DE LOS BENEFICIOS

Cómo comprender una EOI

La prueba de asegurabilidad es un proceso que las compañías de seguro utilizan para evaluar el estado de salud general de una persona antes de aprobar ciertos tipos o cantidades de cobertura. Se asocia más comúnmente con los seguros de vida y por incapacidad. Aunque no todos los empleados tendrán que completar una EOI, suele ser necesaria cuando se solicita una cobertura que supera el límite de emisión garantizada o cuando la inscripción se hace fuera del plazo de elegibilidad inicial.

Hay algunos casos habituales en los que puede ser necesaria una EOI:

- Si eliges un seguro de vida o por incapacidad que supere el límite de emisión garantizada durante el período de inscripción.
- Si rechazaste la cobertura cuando eras elegible por primera vez y decides inscribirte más adelante.
- Algunos planes permiten aumentar la cobertura durante el período de inscripción anual, pero es posible que esto exija una EOI.

Es importante prestar atención a estos momentos, ya que pueden afectar no solo a la aprobación de tu cobertura, sino también a la rapidez con la que entran en vigor tus beneficios.

Completar una EOI suele ser más sencillo de lo que la gente cree. La mayoría de las aseguradoras te piden que llenes un breve cuestionario sobre tu historial médico, tu estado de salud actual y tus hábitos de vida (como el consumo de tabaco). En algunos casos, es posible que se solicite información adicional, como un examen o el historial médico, pero esto es menos frecuente en los planes patrocinados por el empleador. La clave es responder a todas las preguntas con honestidad y de forma exhaustiva.

Qué ocurre después de la solicitud

Después de revisar tu EOI, la compañía de seguros tomará una de las siguientes decisiones:

- **Aprobación:** La cobertura que has solicitado se acepta tal cual.
- **Aprobación condicional:** La cobertura se aprueba, pero puede incluir ciertas limitaciones o primas más altas.
- **Rechazo:** La cobertura no se aprueba basándose en la información proporcionada.

El rechazo no necesariamente significa que nunca puedas calificar. Los cambios en tu estado de salud o las futuras oportunidades de inscripción podrían permitirte volver a presentar una solicitud.

Si no estás seguro de si la EOI se aplica a tu situación, tu equipo de RR. HH. o el administrador de beneficios pueden orientarte.

