



UN PROGRAMA DE RADIO ÚTIL PARA LLEVAR UNA VIDA SALUDABLE

2

Cuidados de la Salud 101: Cómo funciona un seguro

página uno

Escogiendo un seguro médico

La mayoría de las personas obtienen un seguro médico de sus empleadores o por formar parte de un grupo, como un sindicato. Esto se denomina **seguro colectivo**. Las personas que no pertenecen a un grupo pueden adquirir un **seguro individual**.

Suele ser más económico obtener un seguro médico colectivo. Si en su lugar de trabajo se ofrece un seguro colectivo, el empleador normalmente paga una parte de la **prima** o costo del seguro. Su parte se deduce de su sueldo.

Si usted no reúne los requisitos para el seguro colectivo, ya sea porque es un trabajador independiente o porque su empleador no lo ofrece, igualmente puede obtener un seguro individual. Usted mismo pagará las primas de este. Tal vez pueda deducir el costo de estas primas de sus impuestos y así ahorrar dinero.

Un **deducible** es la cantidad de dinero que debe pagar todos los años por sus gastos médicos antes de que el seguro comience a pagar. Luego de alcanzar el deducible, el plan de salud pagará una parte de sus gastos médicos. Algunos planes le harán pagar entre un 10 y un 15 por ciento de la cantidad negociada por su aseguradora con el proveedor de cuidados de la salud, lo que también se conoce como **cuota máxima permitida**. Este pago de entre el 10 y el 15 por ciento se denomina **coaseguro**.

Usted seguirá compartiendo el costo de su atención médica hasta que alcance el límite de gastos de desembolso en su plan. (Los **gastos de desembolso** son aquéllos que un plan de salud no cubre). Entonces, el seguro pagará el 100 por ciento de la cuota máxima permitida.

Lo que pagará por las citas médicas

Observemos los costos de visitar al médico cuando usted tiene seguro colectivo:

- Dora Ruiz, una secretaria de escuela, tiene seguro colectivo para ella y sus tres hijos.
- La escuela de Dora paga una parte de la prima mensual del seguro para su cobertura familiar.
- Dora paga el resto, que es aproximadamente lo mismo que gasta todos los meses en alimentos para su familia de cinco integrantes.
- Cada vez que Dora va al médico o uno de sus hijos va al pediatra, abona un **copago** de \$20.
- Cuando Dora acude al podiatra, un especialista, abona un copago de \$40.



UN PROGRAMA DE RADIO ÚTIL PARA LLEVAR UNA VIDA SALUDABLE

2 Cuidados de la Salud 101: Cómo funciona un seguro

página dos

Tener seguro es bueno para la salud

Usted sabe que necesita un seguro de automóvil, en caso de que tenga un accidente. El seguro médico es algo similar. Desde luego, usted lo necesita en caso de que se lastime o desarrolle una enfermedad grave.

Pero el seguro médico también puede ayudar a mantener su salud y la de su familia. Éste suele cubrir los chequeos médicos periódicos, en los que el médico puede ayudarlo a adquirir hábitos saludables, como:

- Comer bien
- Hacer más ejercicio
- Dejar de fumar

El seguro médico normalmente cubre las vacunaciones de los niños. Las enfermedades infantiles que se pueden prevenir fácilmente, como el sarampión y la gripe, igualmente pueden provocarles la muerte a los niños que no han recibido la vacuna.

Las personas con seguro médico se pueden someter a pruebas para la detección de enfermedades como la diabetes, el colesterol alto, la presión arterial alta y el cáncer. A menudo, estas enfermedades no tienen síntomas. Su detección mediante las pruebas y el tratamiento adecuado podrían salvarle la vida. Los planes de seguro médico

también pueden ahorrarle dinero en los medicamentos recetados para tratar estas enfermedades.

Finalmente, su aseguradora o la de su empleador pueden ofrecer otras alternativas para ayudarlo a mantenerse saludable. Tal vez pueda hablar con enfermeras y dietistas o visitar sitios en Internet con información de fácil comprensión sobre múltiples temas de salud. Es posible que también tenga acceso a beneficios dentales y para la vista.

¿Tienen sus hijos todas las vacunas necesarias?*

	Desde el nacimiento hasta los 4 meses de edad	Entre los 6 y los 18 meses de edad	Entre los 4 y los 6 años de edad	Entre los 11 y los 18 años de edad
Hepatitis B	■	■*	■**	■**
Difteria, tétanos, tos ferina (DTaP)	■	■	■	■
Haemophilus influenzae tipo b (Hib)	■	■*	■**	
Polio (IPV)	■	■	■*	■**
Sarampión, paperas, rubéola (MMR)		■	■*	■**
Varicela		■	■**	■**
Conjugado neumocócico (PCV)	■	■*	■**†	■†
Gripe***		■	■	■
Rotavirus	■‡	■*		
Virus del papiloma humano (HPV)				■+

* Última dosis.

** La vacuna es necesaria si no se aplicó antes.

*** Se recomienda su aplicación anual a todos los niños entre los 6 y los 59 meses, y luego continuar administrándola anualmente a los niños mayores de 59 meses que tienen ciertos factores de alto riesgo, como asma o diabetes.

† Se recomienda para los niños con enfermedades del corazón, los pulmones y los riñones u otras enfermedades graves.

‡ Se recomienda a los 2, 4 y 6 meses de edad.

+ Se recomienda para las mujeres entre 11 y 18 años de edad.

◊ Los niños que tengan un riesgo mayor de ciertas enfermedades pueden necesitar las vacunas con anterioridad o con más frecuencia. Consulte al médico de su hijo.