

Subir El Volumen

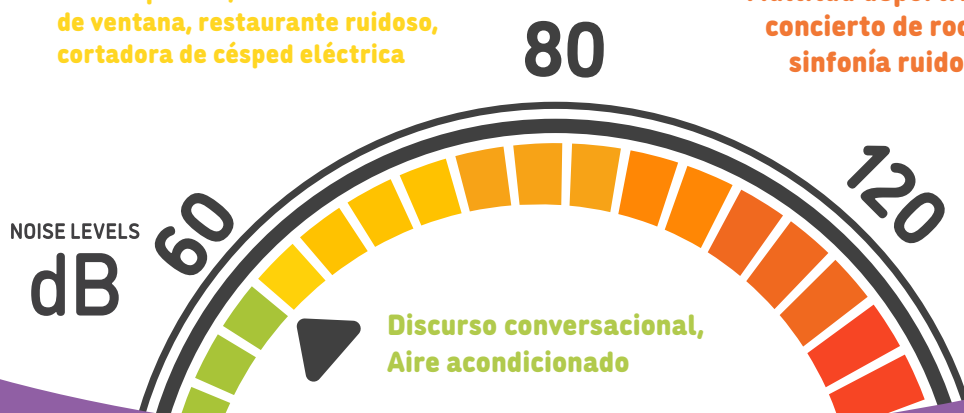
La pérdida auditiva es más común de lo que piensa. Aproximadamente uno de cada ocho estadounidenses tiene pérdida auditiva en ambos oídos. En el proceso de audición, las ondas sonoras entran en nuestros oídos y crean vibraciones que son transportadas al cerebro por el oído medio e interno y traducidas en sonidos. La pérdida de audición puede ocurrir cuando alguna de estas partes sufre daños.

La pérdida de audición relacionada con la edad ocurre cuando los pequeños vellos que ayudan a procesar el sonido en el oído interno sufren daños a lo largo de los años y no pueden volver a crecer. El daño es otra causa común de pérdida de audición. **Este daño puede deberse a escuchar un sonido demasiado fuerte o al daño a lo largo del tiempo debido a la exposición frecuente a sonidos de más de 70 decibelios** (así que use protección adecuada para los oídos en eventos ruidosos como conciertos y trabajos de jardinería). También puede ser causado por infecciones crónicas del oído, meningitis o traumatismo en el oído o la cabeza. Además, algunas personas nacen con diversos grados de pérdida auditiva debido a factores genéticos o problemas durante la gestación.

Si tiene dificultades para oír, hable con su médico. Por lo general, los audífonos no están cubiertos por un seguro médico, por lo que es importante verificar si su plan dental o de la visión incluye cobertura para el ajuste y la compra de audífonos; de lo contrario, los audífonos son compras elegibles para las Cuentas de Ahorro para Gastos de Salud, Cuentas de Gastos Flexibles y Cuentas de Reembolso de Salud.

Tráfico pesado, aire acondicionado de ventana, restaurante ruidoso, cortadora de césped eléctrica

Multitud deportiva, concierto de rock, sinfonía ruidosa



¿No Puede Respirar?

Hay muchas cosas en la vida que nos quitan el aliento, pero no es divertido cuando la causa es el asma. El asma es una afección pulmonar que ocurre cuando las vías respiratorias entre la nariz y la boca y los pulmones se inflaman, lo que provoca problemas respiratorios desde leves hasta mortalmente graves. Hay muchos potenciales desencadenantes del asma: el polen, los ácaros del polvo, el humo el ejercicio, el moho e incluso el estrés pueden desencadenar un ataque.

Si bien el asma no es una afección curable, existen múltiples formas de reducir la exposición y las reacciones a los desencadenantes. Una combinación de medicación y prevención suele ser la más eficaz.

- Evitar el humo del tabaco
- Desempolvar y aspirar su hogar habitualmente
- Lavar sus sábanas regularmente para evitar los ácaros del polvo
- Utilizar un purificador de aire con filtro HEPA
- Utilizar un deshumidificador interior para reducir las posibilidades de moho

Además, hay muchos tipos diferentes de opciones de medicamentos. Los inhaladores vienen en dos tipos: un inhalador de acción rápida para uso de emergencia o un medicamento de control a largo plazo. Medicamentos para la alergia o alergias las inyecciones pueden ayudar a controlar sus síntomas.

Si habitualmente tiene problemas para respirar, hable con su médico para averiguar qué está pasando. Si el asma es el problema, hay muchas maneras de ayudarlo a respirar tranquilo nuevamente.

ATENCIÓN SOBRE BENEFICIOS

Si bien su seguro médico cubre gran parte de su salud corporal, y Programas de Asistencia al Empleado para ayudarlo con la salud mental, hay más en su bienestar general. Los empleadores se dan cuenta de esto, por lo que más compañías agregan un acrónimo nuevo: LSA, o Cuenta de Gastos de Estilo de Vida.

Las Cuentas de Ahorros para Gastos de Salud y las Cuentas de Gastos Flexibles ayudan a cubrir gastos específicos aprobados por el IRS, como copagos, anteojos o atención dental, pero las Cuentas de Gastos de Estilo de Vida tienen menos restricciones. Se pueden usar para pagar una amplia variedad de servicios y productos no médicos que promueven su propio bienestar físico, mental o financiero. A continuación, se muestran solo algunos ejemplos:

- Equipos de ejercicio y suplementos nutricionales
- Cuotas de inscripción para carreras o ligas deportivas; clases de deportes
- Tratamientos de spa
- Costos de planificación patrimonial
- Servicios de planificación financiera

La diferencia fundamental entre las LSA y otras cuentas de gastos relacionados con la salud es que los gastos presentados para reembolso a través de una Cuenta de Gastos de Estilo de Vida están sujetos a impuestos. El monto reembolsado se considera ingreso y está sujeto a los mismos impuestos que su salario normal.

Cuentas de Gastos de Estilo de Vida



LDBLIFESTYLEBENEFITS.COM

BONIFICACIÓN DEL ARTÍCULO:
PELIGROS DEL DOOMSCROLLING

© 2023 Lockton, Inc. Todos los derechos reservados.

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD: La información contenida en este documento está destinado a servir como una guía general. Por favor, consulte a su médico, compañía de seguros y / o asesor de impuestos para obtener información específica a sus necesidades individuales.