NOTICIAS DE MIEMBROS DEL CMDP

VERANO 2019

En este boletín

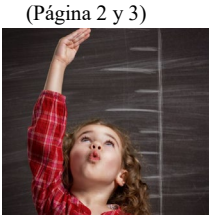
Atención Oral y Necesidades Especiales (Página 1 y 2)

Asma en los niños (Página 2 y 3)

Proteja su hijo de la Gripe (Página 4)

Revisión Auditiva de los recién nacidos y niños pequeños (Página 4 y 5)

Prevención del Consumo de Tobaco entre jóvenes (Página 5)



Visitas del Niño bien de EPSDT (Página 6)

Vacunas desde Nacimiento a los 18 años (Página 7)

Problemas de Salud causados por el Plomo (Página 7-8)

Servicios de los Miembros De CMDP (Página 8)

Servicios para jovenes cumpliendo 18 (Página 9)

Servicios de Lengua y Cultura (Página 9 y 10)

Recursos y Servicios (Página 11)

Los “baby blues” y La depresión (Página 12)

El cuidado (urgente) fuera del horario laboral (Página 12 y 13)

Servicios de Crisis 24 horas (Página 13)

Recursos Comunitarios (Página 14 y 15)

Atención Oral para niños con necesidades especiales de atención de la Salud

Por Michael LaCorte, DDS, PC – Odontólogo Pediátrico

Los niños con necesidades especiales de atención médica son niños que, debido a afecciones físicas, médicas, del desarrollo o cognitivas, pueden requerir una consideración especial cuando reciben tratamiento dental. Esto puede incluir niños con autismo, enfermedad de Alzheimer, síndrome de Down, lesiones de la medula espinal y otras innumerables afecciones o lesiones que pueden dificultar la atención en el hogar, además de complicar los procedimientos dentales.

Los niños con necesidades especiales de atención médica corren un mayor riesgo de sufrir enfermedades dentales debido a la dificultad con el cepillado, la alimentación y la búsqueda de atención dental. Se ha demostrado que los niños con caries en sus dientes de leche tienen más probabilidades de tener caries en sus dientes de adulto.

Algunas de las cosas que se pueden hacer para facilitar el cuidado oral de su hijo son:

- Cepillar dos veces al día como parte del día de la rutina de su hijo
- Probar diferentes posiciones. Apoyar la cabeza de su hijo en su regazo o acostarlo en la cama y arrodíllate detrás de él. Probar un cepillo de tres caras.
- Seguir a una rutina y cepillarse será más fácil.

Los siguientes consejos pueden ayudar con lograr un resultado positivo en la visita dental de su hijo:

- Lleve a su hijo al dentista a la edad de uno, y para una revisión regular y para revisiones regulares después.
- Elija un odontólogo pediátrico con experiencia en el cuidado de niños con necesidades especiales de atención de la salud.
- Consiga una película o un libro sobre la visita al dentista para ayudar a preparar a su hijo.
- Preguntar si usted puede visitar antes de la primera cita para ver la oficina y conocer al personal.
- Practicar mirar en la boca de su hijo con un espejo desechable para la boca que se puede encontrar en las farmacias
- Pregunte al dentista sobre sellantes y fluoruro.

Acuerda de no compartir nada que haya estado en su boca con su hijo. Hacerlo puede propagar los gérmenes que causan caries. Nunca le de a su bebé un biberón o una taza de *sippy* cuando vaya a dormir. Dé bocadillos saludables como frutas frescas, verduras y queso bajo en grasa y comience a llevar a su bebé al dentista cuando tenga uno para revisiones regulares. Los chequeos dentales regulares pueden resultar en que el niño sea sano y feliz, sino en un adulto saludable, feliz y sin caries.

Greenwell, A. L., Johnsen, D., DiSantis, T. A., Gerstenmaier, J., & Limbert, N. (1988). Una evaluación longitudinal de los patrones de la caries de la odontología primaria a la mixta (tesis de Maestría, Caso Universidad De Western Reserve).

Asma en los Niños

El asma es una enfermedad que afecta a los pulmones. Es una de las enfermedades más comunes a largo plazo de los niños. El asma provoca episodios repetidos de sibilancia, falta de aliento, dolor en el pecho y tos en la noche o en las primeras horas de la mañana.

Síntomas Comunes Del Asma

Los niños con uno o una combinación de síntomas pueden estar en mayor riesgo de asma. Los síntomas del asma incluyen:

- Tos, especialmente por la noche;
- Silbido o sonido silbante al sacar el aire;
- Nivel de dificultad respiratoria o respiración rápida que causa que se aprete la piel que está alrededor de las costillas o el cuello;

- Presión en el pecho (Un niño puede decir que su pecho "duele" o "se siente raro");
- Fatiga al jugar;
- Problemas de alimentación o gruñidos durante la alimentación (para bebés);
- Evitar los deportes o actividades sociales;
- Problemas para dormir debido a la tos o dificultad para respirar.

Si los síntomas reaparecen o empeoran cuando el niño está cerca de los desencadenantes del asma, puede ser una indicación de que el niño podría tener asma.

Desencadenantes Comunes Del Asma

No sabemos con certeza cuál es la causa del asma. Sabemos que el asma y los ataques de asma a veces se desencadenan por:

- Contaminación del aire
- Polvo
- Humo
- Polen
- Pelo de Animal
- Infecciones de la vía áerea

El ejercicio físico; algunos medicamentos; el mal tiempo, la respiración de aire frío y seco; y algunos alimentos, aditivos alimentarios y fragancias también pueden desencadenar un ataque de asma. Los desencadenantes pueden ser diferentes para cada niño.

Hable sobre el asma con el médico de su hijo. El profesional de salud elaborará una historia clínica, llevará a cabo un examen físico y puede pedir exámenes como una radiografía de tórax, flujo espiratorio máximo o pruebas de función pulmonar.

Es muy importante que los niños con asma reciban un tratamiento adecuado. Para la mayoría de los niños, el asma se puede controlar manteniéndose alejados de los desencadenantes del asma y conociendo los signos de advertencia de un ataque. Con el tratamiento adecuado, su hijo puede dormir toda la noche, evitar faltar a la guardería o a la escuela, respirar más fácilmente y participar en deportes.

Recursos para padres y cuidadores para el asma

La Asociación Americana del Pulmón es la principal organización que trabaja para salvar vidas mediante la mejora de la salud pulmonar y la prevención de enfermedades pulmonares a través de la educación, la promoción y la investigación. La biblioteca de recursos incluye videos y otros recursos para pacientes con asma y cuidadores: https://www.lung.org/lung-health-and-diseases/lung-disease-lookup/asthma/patient-resources-and-videos/

Los centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) proporcionan muchos recursos para el asma a los cuidadores, incluyendo la asimetría familiar, guías para el uso de inhaladores y Planes de Acción para el Asma: https:// www.cdc.gov/asthma/faqs.htm. El programa nacional de control del Asma del CDC creó un conjunto de vídeos para ayudar a los niños con asma a aprender a usar un inhalador para el asma. Los vídeos muestran a niños con asma demostrando cómo toman sus medicamentos. Usted puede ver los videos y/o imprimir las instrucciones paso a paso para tenerlos con el plan de acción contra el asma de su hijo: https://www.cdc.gov/asthma/ inhaler_video/predeterminado.htm

La Academia Estadounidense de Alergias, Asma e Inmunología. (AAAAI, por sus siglas en inglés) se dedica a la promoción de los conocimientos y la práctica de la alergia, el asma y la inmunología para una atención óptima al paciente. Usted puede encontrar tutoriales de asma, enlaces a alergistas pediátricos y juegos interactivos en línea sólo para niños: https://www.aaaai.org/conditions-and-treatments/just-for-kids.

Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología
www.aaaai.org/
Colegio Americano de Alergia, Asma e Inmunología
www.acaai.org.
Asociación Americana Del Pulmón
www.lung.org

Proteger a Niños de la Gripe

La gripe es un virus. Puede ser muy peligroso para los niños. Lo mejor que puede hacer para proteger a su hijo de la gripe es vacunarlo. Todos a su alrededor deben ser vacunados, también. Una vacuna contra la gripe ofrece la mejor defensa contra la gripe y su propagación a otras personas. Todas las personas de 6 meses o más necesitan una vacuna antigripal cada año.

Los bebés no pueden ser vacunados hasta los 6 meses de edad. Es fundamental que las personas que viven con o cuidan de los niños, especialmente los recién nacidos y los bebés menores de 6 meses, se vacunen. Los niños pequeños y los niños con enfermedades crónicas, como el asma o la diabetes, tienen un mayor riesgo de hospitalización y problemas de gripe.

Manténgase saludable a sí mismo y a los que están cerca de usted. Hable con el pediatra de su hijo para saber más sobre qué vacuna contra la gripe es la adecuada para su hijo.

Para obtener más información sobre vacunas para niños para la temporada de gripe 2019-2020, visite el **Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en ingles)** en https://www.cdc.gov/flu/season/flu-season-2019-2020.htm? CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fflu%2Fabout%2Fseason%2Fflu-season-2019-2020.htm.

Centros para el control y la Prevención de Enfermedades
https://www.cdc.gov/flu/highrisk/children.htm? CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fflu% 2Fprotect%2Fchildren.htm

Detección temprana de la Audición del recién nacido y del Bebé

La mayoría de los bebés nacidos en Arizona son examinados para detectar pérdida auditiva en su hospital de nacimiento. Sin embargo, a veces los bebés que pasan la prueba de detección de la audición al nacer pueden mostrar signos de pérdida de la audición a medida que crecen.
Es un examen para determinar si un niño puede tener pérdida de audición. La revisión de la audición no es dolorosa y, por lo general, sólo dura unos pocos minutos.
Todos los bebés deben someterse a exámenes de detección de la hipoacusia a más tardar de un mes de edad. Un bebé que no supere una prueba auditiva debe someterse a una prueba auditiva completa realizada por un audiólogo pediátrico lo antes posible, pero a más tardar a los tres meses de edad. Un audiólogo pediátrico es un experto capacitado para evaluar la audición en niños. Un bebé con pérdida auditiva debe ser incluido en una intervención temprana antes de los 6 meses de edad, o tan pronto como sea identificado.

Los signos de pérdida auditiva son diferentes para cada bebé. Es importante tener en cuenta si su bebé oye algunos sonidos pero no otros. Hable con su médico si su bebé no:

- Se sobresalta al escuchar ruidos fuertes;
- Vuelve a la fuente de un sonido después de 6 meses de edad;
- Dice palabras simples, como "dada" o "mama" antes de 1 año de edad.

Hable con su médico si su bebé o niño mayor:

- Muestra el habla retrasada o poco clara;
- No sigue instrucciones (esto puede ser confundido con ignorar o no prestar atención);
- A menudo dice, “Eh”

- Sube el volumen de la TV demasiado.

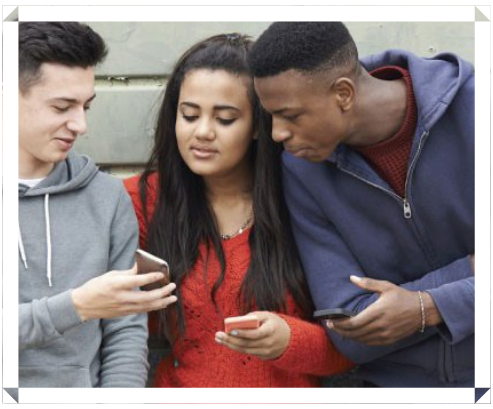
La pérdida de audición puede afectar la capacidad de un niño para desarrollar la comunicación, el lenguaje y las habilidades sociales. Entre más temprano los niños con pérdida auditiva comienzan a recibir servicios, más probabilidades tienen de alcanzar su máximo diferencias. Si usted sospecha que su hijo tiene pérdida auditiva, confíe en sus instintos y hable con el médico de su hijo.

Para obtener más información sobre los exámenes de detección de la audición para niños, visite:

- **Centros para el Control y la Prevención de enfermedades (CDC)**, https://www.cdc.gov/ncbddd/hearingloss/index.html;
- **Servicios del Departamento de Salud de Arizona**, Detección de la Audición del recién nacido https://azdhs.gov/preparedness/state-laboratory/newborn-screening/index.php#az-ehdi-parents;
- **Arizona Hands and Voices,** https://www.azhv.org

Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) https://www.cdc.gov/ncbddd/hearingloss/index.html

Prevención del Consumo de Tabaco entre los Jóvenes



Hay productos que pueden ayudarle a dejar de usar el tabaco. CMDP pagará por estos productos si el médico escribe una receta. Esto incluye productos de venta libre y productos como el tratamiento de reemplazo de Nicotina. Pregunte a su médico acerca de los medicamentos disponibles para ayudarle a dejar de fumar.

También puede llamar a la **Línea de Ayuda de los Fumadores de Arizona (ASHLine)** al 1-800-556-6222 de asistencia sin costo alguno para usted.

Información adicional acerca de dejar de fumar, tratamiento, atención y servicios se puede encontrar en el sitio web de servicios del sitio web del **Departamento de Salud de Arizona** en https://www.azdhs.gov/prevention/tobacco-chronicdisease/tobacco-free-az/index.php.

Riesgos de los cigarros electrónicos para niños, adolescentes y adultos jóvenes

El uso de cigarros electrónicos no es seguro para niños, adolescentes y adultos jóvenes. La mayoría de los cigarros electrónicos contienen nicotina. La nicotina es altamente adictiva y puede dañar el desarrollo del cerebro de los adolescentes, el cual continúa hasta mediados de los 20 años.

Los cigarros electrónicos pueden contener otras sustancias dañinas además de la nicotina. Los jóvenes que utilizan cigarros electrónicos pueden ser más propensos a fumar en el futuro.

Hable con su hijo o adolescente sobre por qué el e-Frankfurt es perjudicial para él. Para obtener más información sobre los riesgos de los cigarros electrónicos para niños, adolescentes y adultos jóvenes, visite **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)** en https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.htm

Centros para el control y la Prevención de Enfermedades https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.html

Programa de Detección temprana y Periódica, Diagnóstico y Tratamiento (EPSDT) visitas a Niños Sanos

EPSDT es un programa integral de salud infantil que apoya la prevención, la prevención temprana y el tratamiento médicamente necesario de las condiciones de salud para los niños de nacimiento a los 21 años de edad. **Una visita a EPSDT es lo mismo que una visita de niño sano.**

El propósito de la visita EPSDT o del niño sano es encontrar y tratar los problemas de salud temprano para que los niños puedan tener la mejor salud y desarrollo posible. Esto incluye servicios médicos y dentales.

EPSDT significa:

Temprano: Detectar problemas temprano
Periódica: Control de la salud del niño en las visitas regulares del niño sano
Detección: Ofrecer diagnóstico físico, mental, dental, otros controles de niño sano: Una prueba cuando se encuentra un problema
Tratamiento: Tratar, solucionar o reducir los problemas de salud

Las visitas de EPSDT o del niño sano incluyen:

- Completar un historial medico
- Examen físico completo
- Evaluaciones de crecimiento y desarrollo
- Vacunas (inmunizaciones/vacunas)
- Otros exámenes (sangre, orina) como sean necesarios
- Detección de la vista y de la audición
- Revisiones de nutrición
- Evaluación salud conductual
- Detección de la salud oral
- Educación de la Salud y Asesoramiento

Mantenga a los niños sanos

Las visitas EPSDT o de niños sanos son importantes para mantener a los niños sanos. Los niños con problemas de salud o necesidades especiales se benefician especialmente de las visitas del EPDST o del niño sano. Los médicos pueden ayudar a los padres y a las personas a cargo del cuidado de otros al revisar la buena nutrición, los cuidados bucales y otras precauciones de seguridad para la salud.

Los niños deben asistir a las siguientes visitas del EPSDT o del niño sano a los siguientes edades:

Recién nacido 3-5 días 1 mes	6 meses	18 meses
2 meses 4 meses	9 meses	24 meses
	12 meses	30 meses
	15 meses	Anualmente de 3 a 20 años

Usted puede ayudar a mantener a los niños sanos si se asegura de que:

- Los niños asisten todas sus visitas del niño sano y dental;
- Los niños reciben todas sus vacunas y las vacunas están actualizadas (visite el **Cenro para Control y Prevención de Endermedades** en https://www.cdc.gov/vaccines/parents/by-age/index.html para ver la calendarización de vacunación por edad);
- Los adolescentes asisten a todas sus visitas del niño sano; y
- Las citas de seguimiento son programadas en todas las referencias hechas por el médico del niño durante las visitas del EPSDT o del niño sano.

Llame a sus proveedores de atención médica y dentales para programar las visitas al EPSDT hoy mismo. Si tiene preguntas, llame a los Servicios para Miembros del CMDP al 602.351.2245 o al teléfono gratuito 1.800.201.1795, TTY/TDY 711.

Academia Americana de Pediatría (AAP, por sus siglas en inglés) Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés)

Vacunas desde el Nacimiento hasta los 18 años

La vacunación es una manera fácil de mantener a los niños sanos. La vacunación a tiempo en toda la infancia es importante porque proporciona a los niños la protección que necesitan para vivir una vida larga y saludable.

Las vacunas se prueban para asegurar que sean seguras y efectivas para que los niños las reciban a la edad recomendada.

En conjunto, las vacunas pueden ayudar a prevenir **16 enfermedades diferentes**.

Pida los registros de vacunación de su hijo al Especialista DCS para que pueda confirmar qué vacunas ya han recibido. El médico de su hijo puede revisar los registros para determinar si están atrasados con las vacunas.

Un registro de inmunización le ayudará a registrar las inmunizaciones de su hijo, los hitos del desarrollo y el crecimiento en cada visita al niño sano. **Haga clic aquí** para un **Registro de Inmunizaciones** para niños desde el nacimiento hasta los seis años de edad.

Las vacunas se recomiendan a lo largo de la vida de su hijo para protegerlos de enfermedades graves, a veces mortales. Para una lista completa de vacunas para niños por edad, visite los **Centros para el Control y la Prevención** de Enfermedades en https://www.cdc.gov/vaccines/parents/by-age/índice.html. Para información adicional sobre vacunas para niños, visite el CDC en https://www.cdc.gov/vaccines/parents/resources/childhood.html.

Centro de Control y Prevención de Enfermedades
https://www.cdc.gov/vaccines/parents/resources/childhood.html
La Academia Americana de Pediatría
https://www.healthychildren.org/English/safety-prevention/immunizations/Pages/Vaccine-Safety-The-Facts.aspx

Problemas de salud Causados por el Plomo

El envenenamiento por plomo es un serio problema ambiental para los niños. Los niños pueden tener plomo en sus cuerpos si tragan polvo de plomo, respiran vapores de plomo, o comen tierra o pintan astillas que tienen plomo en ellos. Los niños nonatos y los niños menores de 6 años son los más expuestos al envenenamiento por plomo. El envenenamiento por plomo puede causar trastornos del aprendizaje, problemas de comportamiento o daño al cerebro y al sistema nervioso.

El plomo se encuentra con más frecuencia en:

- Pintura que se encuentra en el interior y exterior de las casas construidas antes de 1978
- Polvo y cáscaras de pintura de pintura vieja
- El suelo que contiene plomo (particularmente alrededor de casas viejas o alrededor de empresas que utilizan plomo)
- Materiales de manualidades como pinturas
- Alimentos almacenados en algunos platos de cerámica (especialmente si los platos fueron fabricados en otro país)
- Juguetes y muebles viejos pintados como cunas
- Agua del grifo, especialmente en los hogares que tienen soldadura de plomo en las tuberías

Proteger sus hijos del envenenamiento por plomo:

- Mantenerlos lejos de la pintura descascarada:
- No dejarlos jugar en tierra descubierta;
- Lavarse las manos y los juguetes con frecuencia;
- Agua corriente durante 15 a 30 segundos antes de beber;
- Beber y cocinar con agua fría.

Hable con el médico de su hijo sobre el envenenamiento por plomo. Los médicos pueden hacerle a su hijo un análisis de plomo en la sangre a los 1 y 2 años de edad. Si está embarazada, hable con su médico de atención prenatal sobre el envenenamiento por plomo y cómo evitarlo.

Para obtener más información sobre el envenenamiento por plomo en niños, visite el **Departamento de servicios de Salud de Arizona** en https://azdhs.gov/documents / preparedness/epidemiology-disease-control/lead-poisoning/poisoning-flyer.pdf.

Departamento de servicios de Salud de Arizona https://www.azdhs.gov/documents/preparedness/epidemiology-disease -control/lead-poisoning/poisoning-flyer.pdf

Los servicios de los Miembros de CMDP pueden ayudar

Los servicios de CMDP pueden proporcionarle información sobre médicos, dentistas y otros profesionales de la salud. Los representantes de los servicios están disponibles las 24 horas, los 7 días de la semana para ayudarle con preguntas, preocupaciones o cuestiones sobre la coordinación del cuidado de la salud de su hijo.

Los representantes de servicios de CMDP pueden responder a preguntas sobre sus servicios cubiertos y ayudarle a obtener una copia del **Manual de los miembros de CMDP** sin costo alguno para usted.

Póngase en contacto con los servicios de miembros CMDP para obtener ayuda con:

- Elegir o cambiar su proveedor de atención médica;
- Programar un viaje a su médico o a sus citas médicas;
- Hacer, cambiar o cancelar citas médicas;
- Resolver de una queja o problema;
- Explicar sus derechos como miembro; ç
- Qué hacer si recibe una factura médica;
- Aprender sobre los recursos de la comunidad que están disponibles para usted; y
- Cómo obtener un intérprete de idiomas para sus citas médicas sin costo alguno para usted si no puede comunicarse con su médico.

Si tiene preguntas sobre los servicios de atención médica de su hijo, llame a los servicios de los miembros del CMDP al 602.351.2245 o llame gratis al 1.800.201.1795, TTY/TDY 711.

Los miembros del CMDP nunca deben pagar

Usted no es responsable de pagar por los servicios médicos cubiertos, incluyendo los co-pagos de AHCCCS, incluso si se le pide que lo haga. El CMDP debe ser nombrado como el responsable en cualquier formulario que su proveedor de atención médica le pida que firme. No incluya a su domicilio, número de teléfono o número de seguro social en las facturas o reclamaciones.

Si su proveedor de atención médica tiene preguntas sobre el pago o si usted recibe una factura, póngase en contacto con CMDP al 602.351.2245 o al 1.800.201.1795. O mandar un correo electrónico al CMDPMemberServices@azdcs.gov, y un representante del servicio CMDP se pondrá en contacto con el proveedor de atención médica para abordar la cuestión de facturación.

El Manual de Miembros del CMDP 2018-2019 https://dcs.az.gov/sites/default/files/MemberHandbook_0.pdf

Servicios para adolescentes que están por cumplir los 18 años

El Estado de Arizona ayuda a los adolescentes en hogares de acogida a desarrollar las habilidades necesarias para pasar con éxito a la edad adulta. Los servicios están disponibles para los adolescentes que cumplen 18 años de edad y son colocados en cuidad fuera-del-hogar. Los servicios también pueden estar disponibles para los que eran jóvenes de acogida que viven en Arizona que son menores de 21 años de edad y estaban en un sistema de de acogida estatal o eran adoptados de un sistema de acogida estatal a los 16 años o más. El programa se llama "Arizona Young Adult Program" (AYAP) o "Independent Living Program" (ILP, por sus siglas en ingñés). Los servicios prestados a través de AYAP o ILP incluyen:

- Vales de vivienda para adultos jóvenes de 18 a 24 años;
- Vida Independiente/capacitación de habilidades para la vida
- Soporte y asistencia educativos de la empresa;
- Programa de bono de educación y de capacitación (ETV, por sus siglas en inglés);
- Apoyo o Asistencia del Empleo;
- Asesoramiento;
- Subsidio de la Vida Independiente;
- Defensa y promoción de los derechos de los jóvenes;
- Cuidado de crianza voluntario para adultos jóvenes de 18 a 20 años de edad;
- Servicios de recuperación;
- Atención Medica;
- Educación y formación postsecundaria; y
- Otros servicios.

Para más información sobre **AYAP e ILP,** visite https://dcs.az.gov/services/young-adult/independent-living-program-and-young-adult-program.

El Departamento de seguridad Infantil de Arizona, https://dcs.az.gov/services/young-adult/independent-living-program-and-young-adult-program

Servicios lingüísticos y culturales

La comunicación clara es importante para obtener la atención médica que su hijo necesita. CMDP puede darle materiales de atención médica en un idioma o formato que puede ser más fácil de entender. También podemos proporcionarle materiales impresos para el cuidado de la salud, incluyendo un manual para miembros, en un idioma o formato que sea más fácil de leer para usted.

CMDP tiene intérpretes para que usted los use si un proveedor de atención médica no habla su idioma o no entiende sus necesidades culturales. Podemos asistirle en la obtención de ayudas auxiliares, incluyendo lectores, materiales en Braille, grabaciones de audio, y otros servicios y dispositivos similares que ayudan a las personas con problemas de visión, habla o auditiva. Estos materiales están disponibles sin costo para usted.

Si tiene problemas para leer o comprender esta o cualquier otra información del CMDP, póngase en contacto con los servicios de los Miembros al 602.351.2245, de forma gratuita, 1.800.201.1795, o **CMDPMemberServices@azdcs.gov,** para conseguir ayuda sin costo para TI. Un representante de Servicios de CMDP le ayudará en inglés o en su idioma principal.

El Manual de Miembros del CMDP 2018-2019 https://dcs.az.gov/sites/default/files/MemberHandbook_0.pdf

DOMINIO LIMITADO DEL INGLÉS

ATENCIÓN:
Si habla un idioma distinto del inglés, los servicios de asistencia lingüística están disponibles sin costo alguno para usted. Llame al 1-866-874-3972; código: 544167.

Español

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-874-3972; código: 544167.

Français (Francés)

ATENCIÓN : Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont propo-sés gratuitement. Appelez le 1-866-874-3972; código: 544167.

繁體中文 (chino)

注意：如果您使用繁體中文， 您可以免費獲得語言援助服務。 請致電 1-866-874-3972; 码 544167 。

Русский (Ruso)

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода Звоните 1-866-874-3972; код: 544167.

Diné Bizaad (Navajo)

Díí baa akó nínízin: Díí saad bee yánílti'Go Diné Bizaad, saad Bee áká'ánida 'áwo'dęę', T'áá jiik'eh, é ná hóló, kojhoynih 1-866-874-3972; 544167.

العربية (Arabic)

إنتباه: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوفر لك مجانًا. إتصل بالرقم 1-866-874-3972؛ الرمز: 544167.

Cuidado y Recursos de la Maternidad

Si cree que está embarazada, pida una cita con su médico de inmediato. El médico puede confirmar que está embarazada. El médico también le puede proporcionar los nombres de los Obstetras (OB) para que usted elija. Es posible que desee utilizar su OB como su médico de cabecera (PCP) o mantener su PCP y visitar al OB para su embarazo.

Un OB se especializa en servicios obstétricos. Su OB le examinará regularmente durante el embarazo y en el parto de su bebe y le brindará atención posparto o atención médica después del nacimiento del bebé.

La atención médica temprana y los chequeos regulares durante el embarazo son importantes para la salud de la madre y el bebé. Si necesita ayuda o tiene alguna pregunta relacionada con el embarazo y la maternidad, póngase en contacto con los servicios Médicos al 602.351.2245, 1.800.201.1795, o mande un correo electrónico al **CMDPNurse@azdcs.gov** y solicite un Coordinador de Salud Maternal.

Infecciones De Transmisión Sexual (ITS)

Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) son infecciones que usted puede obtener al tener contacto sexual con alguien que ya tiene una infección. No puedes saber si una persona está infectada porque muchas ITS no tienen síntomas. Pero las ITS pueden transmitirse de una persona a otra incluso si no hay signos de infección.

Si usted está embarazada y tiene una ITS, puede causar problemas de salud para el bebé. Tener una ITS también puede poner en mayor riesgo de contraer la infección por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH). Si no se trata, puede transmitirle la infección a su bebé durante el parto. Esto podría causar una infección ocular o neumonía en el recién nacido. Algunas ITS, como la sífilis, pueden causar problemas graves a su bebé, como la muerte o defectos de nacimiento. Tener una ITS también puede hacer que sea más probable que dé la luz demasiado temprano.

Las pruebas de detección pueden ayudar a encontrar ITS para que puedan ser tratadas. Las infecciones de transmisión sexual no tratadas pueden causar problemas de salud futuros, como cáncer, enfermedad pélvica inflamatoria, e la infertilidad. Si está embarazada, debe hacerse la prueba de ITS en su primera visita prenatal.

CMDP paga por todas las pruebas de detección. Tenga una charla honesta y abierta con su médico acerca de la abstinencia y el sexo seguro. Pregunte si debe realizarse una prueba para detectar ITS.

Las adolescentes embarazadas deben ser analizadas para detectar el VIH.

Todas las adolescentes embarazadas deben hacerse la prueba del Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) tan pronto como sea posible. Su médico le hará un análisis de sangre para detectar el VIH. Puede tardar unos cuantos días para obtener los resultados de la prueba del VIH.

Usted no necesita el permiso de un adulto para hacerse la prueba del VIH si tiene 13 años o más. Se requiere el permiso de su tutor legal si usted tiene 12 años o menos. A las adolescentes embarazadas se les ofrecen pruebas de VIH en sus consultas prenatales con su médico OB.

Hable con su médico sobre hacerse la prueba de VIH. Una madre que sabe desde el principio que está infectada por el VIH tiene más tiempo para tomar decisiones importantes. Esto incluye decidir sobre las maneras de proteger su salud y evitar que el bebe se infecte por del VIH. También puede tomar medidas para prevenir la transmisión del VIH a su pareja.

El programa está disponible para todos los miembros que den positivos en la prueba de VIH. Si necesita ayuda o tiene alguna pregunta relacionada con el embarazo y la maternidad, póngase en contacto con los servicios médicos al 602.351.2245, gratuito, 1.800.201.1795, o por correo electrónico,**CMDPNurse@azdcs.gov** y solicite un Coordinador de Salud Maternal.

El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos, www.acog.org/-/media/For-Patients/faq071.pdf?dmc=1&ts=20180326T2056515658.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, www.cdc.gov/std/chlamydia/stdfact-chlamydia.htm

Depresión

Todo el mundo se siente triste algunas veces, pero estos sentimientos por lo general pasan en pocos días. La depresión interfiere con la vida diaria y puede durar semanas o meses. La mayoría de las personas, incluso aquellas con las formas más graves de depresión, pueden mejorar con tratamiento.

Depresión Posparto

Muchas mujeres tienen el "Baby blues" de unos días a una semana después del parto. Los síntomas no son tan graves y no necesitan tratamiento. Sin embargo, si los síntomas duran más y son más graves, se denomina depresión posparto.

La depresión posparto puede comenzar en cualquier momento el primer año después del parto. La frecuencia con que se presentan los síntomas de depresión posparto, el tiempo que duran y la intensidad que sienten pueden ser diferentes para cada persona. Los síntomas de la depresión posparto son similares a los síntomas de la depresión, pero también puede incluir:

- Llorar con más frecuencia que lo costumbre
- Sentimientos de ira.
- Aislamento de los seres queridos.
- Sentirse adormecido o desconectado de su bebé. Preocuparse de que le haga daño al bebé.
- Sentirte culpable por no ser una buena madre o dudar de su capacidad para cuidar al bebé.

La depresión posparto debe ser tratada por un médico. Llame a su médico si la "depresión del bebé" no desaparece después de dos semanas o si los síntomas se vuelven más intensos. Su médico le hará preguntas para evaluar la depresión. Su médico también puede referirlo a un profesional de la salud mental que se especialice en el tratamiento de la depresión.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) https://www.cdc.gov/reproductivehealth/depression/,

Atención después horarios de atención (Urgente) Para No Emergencias

Cuando su hijo está enfermo o le duele, puede ser difícil saber si un centro de cuidados (urgente) o un servicio de urgencias es la mejor opción. Al tomar esa decisión, es importante mantener la calma y reconocer la diferencia entre una emergencia médica y una situación médica donde un diferente tipo de atención puede ser más apropiado.

Si usted cree que una lesión o enfermedad amenaza la vida de su hijo, o puede causar un daño permanente, usted debe visitar a un departamento de emergencia o llame al 911 inmediatamente. Usted no necesita obtener autorización previa antes de hacerlo. En situaciones de no emergencia, llame a la oficina de su pediatra, aunque sepa que la oficina está cerrada.

La mayoría de los pediatras reciben llamadas telefónicas después de las horas y los fines de semana. Si su pediatra no puede verle pero cree que su hijo necesita ser examinado, él o ella le dirá a dónde ir y qué tan estrategia debe ser visto.

Algunas lesiones y enfermedades probablemente no son emergencias, pero puede que se convierten en emergencias si no se tratan dentro de las 24 horas. Ejemplos de lesiones no de emergencia incluyen:

- Quemaduras o cortes menores
- Dolor de oído o infección de oído
- Tos
- Esguinces o torcidos de músculos

El **Directorio de Proveedores de CMDP** puede ayudarle a encontrar un centro de cuidados urgentes en su área. Puede acceder al directorio de Proveedores en: https://app.azdes-gov/dcyf/cmdpe/provider/provdirectory.aspx o póngase en contacto con los servicios de Miembros al 602.351.2245, sin cargo, 1.800.201.1795, TTY/TDY 711, si necesita ayuda para encontrar un proveedor.

El Manual de Miembros del CMDP 2018-2019 https://dcs.az.gov/sites/default/files/MemberHandbook_0.pdf.

Servicios De Salud Mental

La mayoría de los niños cubiertos por CMDP obtienen servicios de salud conductual de Sistema de Contención de Costos de Cuidado de Salud de Arizona (AHCCCS, por sus siglas en inglés) Autoridad Regional de Salud Mental (RBHA, por sus siglas en inglés). Los niños son asignados a un RBHA cuando están matriculados con CMDP.

Si su hijo tiene una emergencia de salud mental, es importante que busque ayuda de inmediato. Si usted piensa que su hijo podría lastimarse a sí mismo o a alguien más, llame al 911 o a un número de teléfono de una crisis de comportamiento, que se enumere a continuación:

Si usted vive en los Condados de Cochise, Graham, Greenlee, La Paz, Pima, Pinal, Santa Cruz, Yuma: **LLAME al 1-866-495-6735.**

Si usted vive en el Condado de Maricopa o códigos postales 85120, 85140, 85143, 85220, 85240, 85243: **LLAME al 1-800-631-1314.**

Si usted vive en Apache, Coconino, Gila, Mohave, Navajo y Yavapai: **LLAME al 1-877-756-4090.**

Si usted vive en el Río Gila y en las Comunidades Indias De AK-Chin: **LLAME al 1-800-259-3449.**

Si usted vive en Salt River Pima Maricopa Indian Community: **LLAME al 1-855-331-6432.**

Los servicios de crisis ofrece ayuda inmediata y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año. **Los servicios de crisis están disponibles para cualquier persona en la comunidad que experimenta una crisis de salud del comportamiento.** No importan la cobertura de seguro o inscripción.

Información adicional sobre los servicios de salud mental en crisis para niños en hogares de acogida, parentesco y cuidado adoptivo se puede encontrar en el sitio web de la AHCCCS en : https://www.azahcccs.gov/Members/Downloads/Recursos/CrisisFosterCare_Rev092018.pdf.

Recursos AHCCCS para familias de Acogida, Parentesco, Familias Adoptivas https://www.azahcccs.gov/Members/AlreadyCovered/Miembroesources/Foster/

Recursos de regreso a la escuela para padres y estudiantes

Los Estudiantes de **seguridad y prevención escolar** que se sienten seguros en la escuela tienen un mejor rendimiento académico que los estudiantes que no se sienten seguros. Los niños que se sienten conectados con la escuela tienen menos probabilidades de participar en conductas de salud riesgosas, como el consumo de drogas, el tabaquismo, el sexo precoz, la violencia y los pensamientos e intentos de suicidio. Para aprender más sobre la salud y seguridad escolar, visite el **Departamento de Educación de Arizona** en http://www.azed.gov/shs/a-z/.

Desconocido Peligroso

El mundo puede ser un lugar aterrador y es importante asegurarse de que los niños sepan qué hacer en situaciones difíciles. Protega a sus hijos y enséñeles sobre el peligro de los desconocidos. Para consejos de seguridad adicionales, visite a **Safety 4 Kids** en http://www.safety4kids.com.au/safety-zone/stranger-danger .

Seguridad En Internet

El internet puede ser un recurso informativo para todos. Pero el internet también puede ser un lugar peligroso, especialmente para los niños. Hay muchos depredadores y otras personas hostiles que sólo esperan para aprovecharse de los niños. Es importante que los niños estén informados sobre los peligros del internet y otras cosas que pueden observar al conectarse al Internet. Para aprender más sobre la seguridad del internet para los niños, visite el **Departamento de Educación de Arizona** en http://www.azed.gov/shs/a-z/.

Cómo ayudar a su hijo a comenzar Temprano

Strong Families AZ es una red de programas de visitas a domicilio disponibles sin costo alguno para ayudar a las familias a criar niños listos para tener éxito en la escuela y en la vida. Desde la orientación sobre los hitos del desarrollo o los programas de alfabetización en la primera infancia hasta la salud física y emocional en los niños pequeños, **Strong Families AZ** se especializa en programas que ayudan a las familias y a los niños a tener éxito. Más información sobre los programas de visitas a domicilio ofrecidos a través de Strong Families AZen https://strongfamiliesaz.com/.

Recursos adicionales ofrecidos por Strong Families incluyen:

Arizona Health Start
El Espíritu de la Familia
Early Head Start
Healthy Families Arizona
Programa para peri-natal de alto riesgo/ de Cuidados Intensivos Para Recién Nacidos Alianza de Enfermera-Familia
Los Padres Como Maestros
SafeCare

Departamento de seguridad Infantil de Arizona https://dcs.az.gov/fosteradoption/back-school-resources

Recursos comunitarios para las Familias

Mujeres, lactantes y niños (WIC, por sus siglas en inglés)

El programa de nutrición complementaria para mujeres, lactantes y niños (WIC) sirve para salvaguardar la salud de las mujeres, los lactantes y los niños de hasta 5 años de edad que están en situación de riesgo nutricional. Los miembros del CMDP califican para los servicios de WIC. WIC proporciona muchos servicios familiares y muchos alimentos nutritivos para complementar las dietas. También proporcionan información sobre alimentación saludable y referencias para atención médica. La WIC presta servicios a las mujeres embarazadas, en período de lactancia o después del parto, así como los niños menores de 5 años. La cobertura

La cobertura para la madre dura 6 meses después del embarazo, si no está amamantando. Cubren por 1 año, si amamantan. El número gratuito de WIC es 1.800.252.5942. Información adicional también se puede encontrar en el **Departamento de Servicios de Salud** en https://www.azdhs.gov/prevention/azwic/index.php.

Head Start

Head Start y Early Head Start son programas de desarrollo infantil que sirven a niños desde el nacimiento hasta los 5 años, a mujeres embarazadas y a sus familias. Tienen el objetivo general de aumentar la preparación escolar de los niños pequeños en las familias de bajos ingresos. Se da preferencia a los niños en el cuidado fuera del hogar para participar en los programas de Head Start.. Para obtener más información sobre **Head Start**, llame al 1.866.763.6481 o visite www.azheadstart.org.

El Programa De Intervención Temprana De Arizona (AzEIP, por sus siglas en ingles)

AzEIP es un sistema estatal de programas y servicios diseñado para proporcionar apoyo a las familias de bebés y niños pequeños, recién nacidos a 3 años, con discapacidades o retrasos. El objetivo es ayudar a estos niños a alcanzar su máximo potencial. Un recién nacido a un niño de 3 años que es víctima de abuso o negligencia puede obtener una evaluación AzEIP. Para obtener más información sobre el programa AzEIP, llame al 602.532.9960, gratuito al 1.888.439.5609 o visite www.azdes.gov/azeip/.

Agencia de área en el envejecimiento (Area Agency on Aging)

El Area Agency on Aging es un sistema estatal de programas, servicios y promoción para apoyar a adultos de 60 años y mayores, adultos de 18 años y mayores con VIH/SIDA, discapacidades, necesidades de cuidado a largo plazo. Para encontrar su oficina local, visite https://des.az.gov/services/aging-and-adult/aging-and-disability-services/area-agency-aging.

Asociación de Alzheimer

La Asociación de Alzheimer es un sistema estatal de información y recursos para aquellos que viven con o cuidando a alguien con Alzheimer u otras demencias. Para obtener más información, llame a su número gratuito, línea de ayuda 24/7 en 1.800.272.3900 o visite su sitio web para los recursos en su área, https://www.alz.org/dsw.

Niños mentalmente enfermos en Dificultades (MIKID, por sus siglas en inglés)

MIKID es una organización estatal sin fines de lucro que atiende a niños y familias con necesidades de salud mental a través del apoyo familiar, educación comunitaria y grupos de apoyo. Para encontrar un lugar cerca de usted, haga clic en http://www.mikid.org/locations o póngase en contacto con la oficina de Phoenix al 602.253.1240 para obtener asistencia.

Coalición para la prevención del Suicidio A-Z (AZ Suicide Prevention Coalition)

La Coalición para la prevención del Suicidio A-Z es una organización estatal sin fines de lucro cuya misión es cambiar aquellas condiciones que resultan en actos suicidas en Arizona a través de la conciencia, la intervención y la acción. Las reuniones de la coalición se llevan a cabo el segundo martes de cada mes impar. Mande un correo electrónico a AZSPC@gmail.com para más información.

La Alianza Nacional de Enfermedad Mental (NAMI, por sus siglas en inglés)

NAMI es una organización de base nacional dedicada a la defensa de la calidad del tratamiento para las personas con enfermedades mentales, la promoción de programas de apoyo a la comunidad, y servir como un centro dentro de Arizona para la recopilación y difusión de información. Visite http:// www.namiarizona.org/ para encontrar un afiliado local cerca de usted.

Tirar las Drogas AZ
Para localizar un drop-box para deshacerse de los medicamentos no deseados, visite https://www.azdhs.gov/gis/dump-the-drugs-az/.

Los recursos adicionales para el tratamiento de la obesidad y la información nutricional incluyen:

Nutrición, Actividad Física y Obesidad (NUPAO) en www.azdhs.gov/phs/bnp/nupao/

Red de Nutrición de Arizona en www.eatwellbewell.org/.

También puede ponerse en contacto con los Servicios de los miembros del CMDP al 602.351.2245, 1.800.201.1795, o CMDPMemberServices@azdcs.gov, para obtener servicios de cualquiera de estos programas.

El Manual de Miembros del CMDP 2018-2019 https://dcs.az.gov/sites/default/files/MemberHandbook_0.pdfCMDPM

ARIZONA DEPARTMENT of CHILD SAFETY

Programa Dental y Médica Comprensiva del
Departamento de seguridad infantil de Arizona
Teléfono: (602) 351-2245 TTY/TDD Servicios
7-1-1 Teléfono Secundario: 1-800-201-1795
Dirección: P.O. Box 29202, S/C CH010-18
Phoenix, AZ 85038