



ASUNTOS DE SALUD

Primavera/Verano 2023

Manejo del asma

Unos 25 millones de estadounidenses tienen asma. Entre ellos, ocurren más de 10 millones de ataques de asma cada año.

El asma es una enfermedad pulmonar crónica. Provoca sibilancias, dificultad para respirar, opresión en el pecho y tos. Si no se tratan, estos síntomas pueden causar dificultad para respirar y ataques de asma y derivar en visitas a la sala de emergencias.

La mejor manera de controlar el asma es tener medicamentos a mano y evitar los desencadenantes. Algunos desencadenantes del asma pueden ser el humo, el moho, las plagas y los

insectos, el pelo y la caspa de mascotas, los ácaros del polvo y la contaminación del aire.

Las personas con asma posiblemente tengan dificultades al realizar actividades físicas. Hable con su médico sobre el uso de los medicamentos correctos para poder hacer las actividades que le gusten. Los resfriados, la gripe, la bronquitis y la neumonía pueden empeorar los síntomas del asma y requerir atención de urgencia o tratamiento de emergencia.

Si observa que el niño a su cargo tiene dificultad para respirar mientras hace ejercicio, en días fríos o en otras situaciones, consulte a su proveedor de cuidado primario (PCP, por sus siglas en inglés). El PCP puede controlar los

pulmones del niño, realizar pruebas respiratorias y evaluar si tiene asma.

Tratamientos

Existen medicamentos de acción rápida como inhaladores y medicamentos preventivos. Pregunte al PCP del niño sobre las opciones.

Revise su casa para detectar todo aquello que pueda desencadenar los síntomas y sacarlo. También puede consultar aplicaciones del clima para conocer las alertas de mala calidad del aire exterior y hacer que el niño no salga o use una mascarilla esos días.

Fuentes: www.cdc.gov/asthma/pdfs/asthma_brochure.pdf; www.aafa.org/asthma-facts



Beneficios de una dieta saludable

Llevar una dieta saludable es importante en todas las etapas de la vida. En los bebés y los niños, los alimentos saludables son necesarios para que crezcan adecuadamente y aprendan buenas rutinas de alimentación. En los adultos, comer de manera saludable ayuda a prevenir afecciones como presión arterial alta, diabetes, enfermedades cardíacas, obesidad y ciertos tipos de cáncer.

Una dieta saludable también ayuda a pensar mejor y sentirse bien y da energía.

¿Qué incluye una dieta saludable?

Una dieta saludable se compone de carnes magras y proteínas, grasas saludables, cereales integrales, y frutas y verduras de todos los colores. Vea este breve video en youtu.be/_sB9fpRfm38 para obtener más información sobre lo que hay en una dieta saludable.

El niño a su cargo también puede ver a un nutricionista certificado, sin costo alguno, para encontrar las mejores opciones para él. Comuníquese con Mercy Care DCS CHP para encontrar un nutricionista. O busque un médico en nuestro sitio web en www.MercyCareAZ.org/find-a-provider.

Recursos alimentarios en Arizona

En el área metropolitana de Phoenix, 1 de cada 3 personas no tiene acceso regular a alimentos saludables. Si usted o alguien que conoce necesita asistencia alimentaria, hay ayuda disponible.

Arizona Food Bank Network es un grupo de bancos de alimentos, despensas y agencias que ofrecen asistencia alimentaria y comidas sin costo. Llame al **602-528-3434** para obtener ayuda o visite www.azfoodbanks.org/get-food.

Farm Express es un mercado móvil de productos agrícolas que ofrece frutas y verduras económicas a personas con poco o ningún acceso a alimentos saludables. Visite el sitio web para consultar los horarios y las ubicaciones en mercyar.es/farmexpress.

Tomar los medicamentos de la forma correcta

Mercy Care DCS CHP quiere que el niño a su cargo sea lo más saludable posible para que pueda disfrutar la vida. Una de las formas más importantes de ayudar al niño a su cargo a mantenerse saludable es asegurarse de que tome los medicamentos según las indicaciones del médico y que los tome a la hora preestablecida.

El término utilizado para describir si los pacientes toman sus medicamentos de la forma correcta se denomina "cumplimiento con los medicamentos". El cumplimiento con los medicamentos continuo es importante para la salud del niño. Hay muchas enfermedades y afecciones de salud cuyos efectos negativos no se ven todos los días. Estas pueden incluir diabetes, presión arterial

alta, colesterol alto y asma. Dado que las personas no "sienten" los efectos de estas enfermedades todo el tiempo, puede ser difícil acordarse de tomar los medicamentos.

Estos son algunos consejos que pueden ayudar:

- Mantenga los medicamentos del niño en un lugar que vea todos los días.
- A menos que el médico le indique un horario específico, asegúrese de que el niño tome sus medicamentos cuando sea fácil para los dos recordarlo. Haga que tomar sus medicamentos sea parte de su rutina diaria.
- Utilice un pastillero y anote en el pastillero la hora a la que el niño debe tomar los medicamentos.

- Utilice la alarma de un reloj o de un dispositivo electrónico (tableta, teléfono inteligente) para acordarse de que el niño a su cargo debe tomar sus medicamentos.

Todos los medicamentos (incluidos los suyos) deben almacenarse de forma segura para que los niños no tomen medicamentos que no estén destinados a ellos. Si tiene alguna duda sobre los medicamentos que toma el niño a su cargo, consulte a su médico o farmacéutico.

Comuníquese con el Centro de Información de Intoxicaciones y Medicamentos de Arizona al **1-800-222-1222** si el medicamento se ingirió incorrectamente o causa una mala reacción.

Salud dental infantil: No se salte el cepillado ni los chequeos

Las consultas dentales regulares son importantes para personas de todas las edades. La placa se forma a partir de alimentos y bacterias, y causa deterioro de los dientes (caries). En promedio, los niños de Arizona tienen cinco dientes afectados por caries. Eso es aproximadamente 1 de cada 4 dientes en la boca de un niño. El cepillado y el uso de hilo dental no eliminan toda la placa que causa la caries.

Por eso es importante que un profesional dental realice una limpieza dental al niño. Una limpieza dental eliminará cualquier resto que haya quedado. Los servicios dentales de rutina están cubiertos para los miembros.

El dentista también puede detectar problemas en sus primeras etapas, cuando son más fáciles de tratar. Por ejemplo, las caries son más fáciles de arreglar cuando son pequeñas. Y la enfermedad periodontal se puede revertir si se detecta en una fase temprana.

Cuándo visitar al dentista

Siga las indicaciones del dentista sobre la frecuencia con la que debe llevar al niño. Esto es lo que los expertos suelen recomendar:

- **Bebés.** Lleve al bebé al dentista cuando le estén saliendo los primeros dientes. La American Dental Association indica que se debe llevar a los bebés al dentista a los 6 meses de vida o antes.
- **Niños.** Los niños deben visitar al dentista cada seis meses.

Durante su visita

Informe al dentista si hubo algún cambio en la salud del niño. Además, informe al dentista sobre los medicamentos que toma el niño, ya que algunos medicamentos pueden afectar a sus dientes. Las afecciones médicas pueden afectar a los dientes, especialmente si el niño a su cargo tiene:

- Sensibilidad dental
- Encías inflamadas o sangrantes
- Mal aliento persistente
- Dolor o hinchazón en la boca
- Boca seca
- Diabetes, enfermedad cardíaca, un trastorno alimenticio o VIH
- Antecedentes familiares de caries o enfermedad periodontal

Fuentes: American Dental Association; Arizona Department of Health Services: Division of Public Health Services, Public Health Prevention Services, Office of Oral Health; Arizona School Dental Survey, 1999-2003; U.S. National Library of Medicine



El apoyo de pares y familiar ayuda

Los especialistas en apoyo de pares y apoyo familiar son proveedores de salud conductual especialmente capacitados que brindan servicios de apoyo a los miembros de AHCCCS, familiares y cuidadores.

Apoyo de pares para jóvenes y adultos jóvenes

Los jóvenes y adultos jóvenes que han sobrepasado la edad para estar en un hogar de acogida pueden acceder a servicios de apoyo de pares si están inscritos en AHCCCS y experimentan problemas de salud conductual.

Los servicios de apoyo de pares ayudan a las personas a:

- Conectarse con recursos de la comunidad
- Desarrollar herramientas para usar en momentos de crisis
- Crear planes de tratamiento y bienestar
- Desarrollar habilidades para abogar por sí mismos cuando trabajan con el equipo clínico

El H.E.R.O. Discovery Center de Recovery Empowerment Network ofrece apoyo de pares y otros servicios para las personas de 18 a 25 años de edad. Este centro también organiza noches de encuentro de adolescentes para apoyar a jóvenes de 14 a 17 años. Visite su sitio web en www.renaz.org para obtener información o llame al **602-248-0368**. El proveedor de seguros para adultos jóvenes o jóvenes también puede tener información sobre otros grupos de apoyo de pares disponibles.

Apoyo familiar

Los especialistas en apoyo familiar educan y guían a las personas a través del sistema de salud conductual. Los especialistas en apoyo familiar son defensores que pueden ayudar a los padres y cuidadores a encontrar



vivienda, comida, empleo, servicios de relevo y clases de crianza. También pueden proporcionar servicios para los niños, como ayuda con la escuela y capacitación en habilidades para la vida. Visite el sitio web del Centro de Participación Familiar, www.familyinvolvementcenter.org, para obtener más información sobre los servicios de apoyo familiar.

Niños en hogares de acogida

Los servicios de apoyo de pares están disponibles para niños en hogares de acogida, para abordar sus necesidades de salud conductual. Los padres y cuidadores deben preguntarle a su proveedor de salud conductual sobre los servicios de apoyo de pares para niños. MIKID (www.mikid.org) y Reach Family Services (www.reachfs.org) ofrecen servicios de apoyo de pares y tutoría para jóvenes. También recibirán apoyo de los miembros del Equipo de Niños y Familias (CFT, por sus siglas en inglés). El CFT incluye al niño, su cuidador, un especialista de DCS, un representante de salud conductual y cualquier persona clave en la vida del niño que sea invitada a participar.

Si el niño en hogar de acogida está atravesando una crisis de salud conductual, llame a la Línea de Cuidado de Acogida de la Red de Respuesta ante Crisis al **602-633-0763**.

Apoyo a cuidadores

¿Quién cuida a las personas que cuidan a los demás? Los cuidadores, como los padres biológicos, adoptivos y de parentesco, pueden necesitar que una persona amable los ayude a lidiar con las emociones difíciles y los factores estresantes. Los cuidadores pueden comunicarse con su proveedor de salud conductual y preguntar sobre los servicios de apoyo para la salud mental. Mental Health America también cuenta con herramientas y recursos para ayudar a los cuidadores en www.mhanational.org/mental-health-resources-caregivers.

Los pares y las familias desempeñan un papel importante para ayudar a los miembros a estar lo más saludables posible. Es por eso que Mercy Care DCS CHP trabaja con Arizona Peer and Family Coalition, una organización de defensores de pares y familiares. La coalición se asegura de que las personas y las familias tengan una voz en las decisiones de políticas de salud conductual que afectan a su comunidad.

Para obtener más información sobre cómo participar o sobre recursos de apoyo de pares y familiar, envíe un correo electrónico a la Oficina de Asuntos Individuales y Familiares a OIFATeam@mercycareaz.org.

Ante una crisis de salud conductual

Los miembros de Mercy Care DCS CHP pueden llamar a la Línea de Crisis de Salud Conductual de Arizona las 24 horas del día, los 7 días de la semana:

- **1-844-534-4673 (1-844-534-HOPE)**
- O envíe **HOPE** al **4HOPE (44673)**

Líneas de Crisis para Comunidades Indígenas

- San Carlos Apache Reservation: **1-866-495-6735**
- Comunidades indígenas Gila River y Ak-Chin: **1-800-259-3449**
- Comunidad indígena Salt River Pima Maricopa: **1-855-331-6432**
- Nación de Fort McDowell Yavapai: **480-461-8888**
- Distrito de San Lucy de la nación Tohono O'odham: **480-461-8888**
- Nación Tohono O'odham: **1-844-423-8759**
- Tribu Pascua Yaqui: Tucson, **520-591-7206**; Guadalupe, **480-736-4943**
- Tribu apache White Mountain: **928-338-4811**
- Nación Navajo: **928-551-0508**

Línea de crisis para veteranos: **988**, pulse **1**

988 Línea de Ayuda para Suicidios y Crisis: **988**

Línea nacional de crisis para envío de mensajes de texto: Envíe **HOME** al **741741** por mensaje de texto por cualquier tipo de crisis o visite **www.crisistextline.org/text-us**.

Teléfono o mensajes de texto de Lifeline para adolescentes: **602-248-TEEN (602-248-8336)**

El personal de la Línea de Crisis puede ayudar de diferentes maneras:

- Brindar apoyo por teléfono en caso de crisis
- Enviar un equipo móvil de crisis para brindar apoyo en la comunidad
- Coordinar el transporte para llevarlo a algún lugar seguro
- Ayudar a coordinar el asesoramiento o la conexión con su proveedor de atención ambulatoria
- Ofrecer opciones para manejar otras situaciones urgentes

*Siempre llame al **911** en situaciones que pongan en riesgo la vida.*

Si necesita a alguien con quien hablar: Llame a la línea de apoyo Warm Line al **602-347-1100**. Es una línea de apoyo dirigida por especialistas acreditados. Está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Recursos comunitarios

Como dice el dicho: “Se necesita una aldea para criar a un niño”. Varias organizaciones estatales trabajan para mejorar el bienestar infantil y el de sus cuidadores. Encuentre recursos adicionales en www.MercyCareAZ.org/members/chp-members/resources.

- **AHCCCS:** recursos para familias de acogida/parentesco/adoptivas — www.azahcccs.gov/Members/AlreadyCovered/MemberResources/Foster
- **Arizona Friends of Foster Children Foundation:** otorga subvenciones para niños que han sido adjudicados como pupilos dependientes del tribunal en Arizona — www.affcf.org/awards
- **A Mighty Change of Heart:** bolsos de viaje personalizados para niños en Arizona que ingresan al sistema de bienestar infantil — www.amchaz.org
- **Arizona Helping Hands:** necesidades esenciales para niños en el sistema de bienestar infantil — www.azhelpinghands.org
- **Helen’s Hope Chest:** necesidades esenciales para niños en el sistema de bienestar infantil — www.helenshopechest.org
- **Jose’s Closet:** necesidades esenciales para niños en el sistema de bienestar infantil — www.josescloset.org
- **Strong Families AZ:** red de programas gratuitos de visitas domiciliarias — www.strongfamiliesaz.com
- **Raising Special Kids:** mejorar la vida de los niños con discapacidades — www.raisingpecialkids.org
- **Family Involvement Center:** apoyo para garantizar el cuidado de la salud emocional, física y conductual en Arizona — www.familyinvolvementcenter.org
- **Safe to Sleep:** educación pública del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. sobre la seguridad del sueño infantil — www.nichd.nih.gov/sts
- **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades:** información sobre la salud para niños, adolescentes y mujeres embarazadas — www.cdc.gov/parents
- **Aplicación Milestone Tracker:** seguimiento de los hitos del desarrollo del niño para compartirlos con su pediatra (disponible en inglés y español) — www.cdc.gov/milestonetracker
- **First Things First:** compromiso con el desarrollo saludable y el aprendizaje de los niños pequeños desde el nacimiento hasta los 5 años — www.firstthingsfirst.org
- **Safe Kids Worldwide:** tareas para ayudar a las familias y comunidades a mantener a los niños a salvo de lesiones — www.safekids.org
- **Sesame Street in Communities:** actividades y consejos para los desafíos y la satisfacción de garantizar el desarrollo saludable de un niño — www.sesamestreetincommunities.org



Infecciones de transmisión sexual (ITS) y prevención

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son comunes y están en aumento en Arizona. Según el Departamento de Servicios de Salud de Arizona, en 2020 se reportaron casi 56,000 casos, y los casos se han triplicado desde el año 2000. Los adultos jóvenes de 15 a 24 años de edad corren más riesgo de contraer una ITS.

Hable abiertamente con el niño a su cargo sobre el sexo seguro. Solo unos minutos de práctica sexual insegura pueden tener efectos duraderos en su vida.

Las ITS se propagan por mantener relaciones sexuales orales, anales o vaginales con una persona infectada. Las ITS no siempre causan síntomas. Para cualquier persona sexualmente activa, la mejor manera de saber si tiene una ITS es hacerse pruebas regularmente.

La clamidia es una de las ITS más comunes. Algunos síntomas que pueden aparecer son secreción anormal de la vagina o del pene y sensación de ardor al orinar. Tanto los hombres como las mujeres también pueden tener clamidia en el recto por tener sexo anal. Los síntomas pueden incluir dolor rectal, secreción y sangrado. En las mujeres, la clamidia no tratada puede dificultar el embarazo o causar problemas durante el embarazo. También se puede transmitir al bebé en el momento del parto.

La clamidia se puede tratar y curar con antibióticos, pero las infecciones repetidas son comunes.

La sífilis puede causar problemas de salud graves si no se trata. La sífilis no tratada puede propagarse al cerebro y al sistema nervioso. Actualmente hay un brote de sífilis en Arizona. Los síntomas de la sífilis son úlceras en el pene, la vagina o el ano. Las llagas también pueden estar en el recto o en



los labios y en la boca. También pueden aparecer erupciones en las manos y los pies. En las mujeres, la sífilis también puede transmitirse a su bebé durante el embarazo.

La sífilis puede tratarse y curarse con antibióticos específicos. También puede causar daños permanentes en los nervios, la vista o la audición en cualquier etapa.

El VIH (virus de inmunodeficiencia adquirida) es el virus que causa el SIDA. No hay cura para el VIH, pero los tratamientos pueden mantenerlo controlado. Si alguien contrae la enfermedad del VIH, debe vivir con ella el resto de su vida.

Cualquier ITS pone a la persona en mayor riesgo de contraer VIH. El motivo es que pueden aparecer llagas o lastimaduras en la piel por otras ITS, lo que permite que el virus del VIH entre en el organismo. Además, las actividades de riesgo que pueden conducir a otras ITS son las mismas para la infección por VIH. El VIH ataca al sistema inmunitario y, si no se trata, puede ser mortal.

ITS y embarazo

Se recomienda hacerse la prueba del VIH y otras ITS en la primera consulta prenatal. Las ITS pueden poner en grave riesgo a una mujer embarazada y a su bebé si no se tratan.

Prevención

- La única manera segura de no contagiarse de alguna ITS es no tener relaciones sexuales (practicar la abstinencia).
- Usar condones, de la manera correcta, puede proteger a una persona y a su pareja durante la relación sexual.
- Limitar la cantidad de parejas sexuales y pedirles que se hagan pruebas de ITS antes de tener relaciones sexuales puede ayudar a prevenir las ITS.
- Practicar sexo seguro también puede prevenir el embarazo no deseado.

Mercy Care DCS CHP cubre las pruebas y el tratamiento de las ITS. Programe una cita con el proveedor de cuidado primario del niño.

Fuentes: www.cdc.gov/std/default.htm; www.azdhs.gov/preparedness/epidemiology-disease-control/disease-integration-services/std-control/index.php



Peligros de la exposición al plomo

El plomo en la sangre de una persona puede causar problemas de salud graves. La intoxicación por plomo está causada por respirar o tragar plomo.

El plomo puede encontrarse en:

- Pintura y polvo en casas más antiguas, especialmente el polvo que se desprende durante reformas o reparaciones
- Dulces, maquillaje, juguetes, joyas, macetas esmaltadas y medicamentos tradicionales fabricados en otros países
- Pintura de automóviles, obras de construcción y plomería
- Suelo y agua de grifo
- Especias, remedios a base de hierbas y polvos ceremoniales

Exposición al plomo durante el embarazo

Si está embarazada, es especialmente importante evitar la exposición al plomo. El plomo puede pasar de la madre al bebé por nacer. Demasiado plomo en el cuerpo puede:

- Generar el riesgo de aborto espontáneo
- Hacer que el bebé nazca antes de término o con poco peso
- Dañar el cerebro, los riñones y el sistema nervioso del bebé
- Hacer que un niño tenga problemas de aprendizaje o comportamiento

Peligros para los niños

La exposición al plomo en niños puede provocar:

- Daño en el cerebro y el sistema nervioso
- Retraso en el crecimiento y desarrollo

- Problemas de aprendizaje y comportamiento
- Problemas auditivos y del habla

Es difícil saber si un niño ha estado expuesto al plomo porque puede no haber síntomas. La mejor manera de verificar la intoxicación por plomo es hacerle al niño un análisis de plomo en sangre. Consulte al proveedor de cuidado primario del niño sobre las pruebas.

La intoxicación por plomo puede prevenirse. La clave es evitar que los niños entren en contacto con el plomo. Si los niños tienen intoxicación por plomo, deben ser tratados. Aprenda cómo evitar la exposición al plomo. Para obtener más información sobre la intoxicación por plomo, visite www.cdc.gov/nceh/lead/prevention/default.htm.

Riesgos del vapeo y el consumo de tabaco en los jóvenes

El vapeo es una forma de fumar mediante la que se consume nicotina, marihuana u otros químicos a través de la inhalación de “vapor” o bruma. El vapeo es popular entre adolescentes y adultos jóvenes por varias razones. Los dispositivos de vapeo suelen ser fáciles de ocultar porque parecen unidades USB, bolígrafos u otros artículos cotidianos. (Algunos parecen cigarrillos o pipas). Los jóvenes disfrutan del gusto de los sabores añadidos a los dispositivos de vapeo, conocidos como “jugo electrónico” o “e-líquido”. Muchas personas también consideran que el vapeo es más seguro que los cigarrillos de tabaco. Sin embargo, el vapeo tiene sus propios riesgos.

Nicotina y adicción

Muchos dispositivos de vapeo, como JUUL, una marca popular, contienen altos niveles de nicotina. La nicotina es una sustancia química altamente adictiva y tiene efectos negativos.

Según **DrugAbuse.gov**, los jóvenes que vapean tienen más probabilidades de empezar a fumar cigarrillos de tabaco más adelante. Fumar cigarrillos puede causar cáncer y otros problemas de salud.

El vapeo tiene otros riesgos, según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades:

- Algunos jóvenes no saben que los productos de vapeo contienen nicotina.
- La nicotina puede dañar el desarrollo del cerebro aún en crecimiento de los jóvenes.
- La nicotina estimula el sistema de placer y recompensa del cerebro.
- El uso de nicotina también puede conducir a la adicción futura a otras drogas.

Enfermedad pulmonar por vapeo

En 2019, miles de personas enfermaron gravemente y decenas de ellas murieron por una enfermedad pulmonar relacionada con el vapeo. Muchas de las personas afectadas usaban productos de vapeo de familiares, amigos o recursos en línea que contenían THC y acetato de vitamina E. Estas sustancias químicas se asociaron a la enfermedad pulmonar por vapeo.

Obtener ayuda para dejar de fumar

Hay programas disponibles para ayudar a adolescentes y adultos jóvenes a dejar de vapear o consumir tabaco.

El programa N-O-T: Not On Tobacco fue creado por la American Lung Association. Está diseñado para ayudar a las personas de 14 a 19 años de edad a dejar de consumir



productos de tabaco o vapear. Visite el sitio web para obtener más detalles: www.lung.org/quit-smoking/helping-teens-quit/not-on-tobacco.

Prevención

La Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. ha prohibido la venta de cigarrillos electrónicos a menores de 21 años en tiendas o en línea. También ha lanzado la campaña “The Real Cost” para brindar al público educación y prevención sobre el consumo de tabaco y vapeo en los jóvenes. Visite el sitio web para obtener más detalles: www.fda.gov/tobacco-products/public-health-education/real-cost-campaign.

Fuentes: www.cdc.gov/tobacco/infographics/youth/pdfs/e-cigarettes-usb-flash-508.pdf; www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/vaping-devices-electronic-cigarettes; www.cancer.org/healthy/stay-away-from-tobacco/health-risks-of-tobacco/health-risks-of-e-cigarettes.html; www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.html

Servicios de atención domiciliaria

“El médico lo verá ahora”, en la comodidad de su propio hogar.

Las opciones de telesalud y atención domiciliaria están disponibles para el niño a su cargo si no se siente lo suficientemente bien como para salir de su casa o si una agenda ocupada le impide a usted llevarlo al consultorio médico.

Telesalud

Llame al médico y pregunte si ofrece consultas de telesalud. Durante una consulta de telesalud, el médico puede hacer videollamadas, llamadas de voz o chatear por mensaje de texto con usted y el niño para ayudarles a tratar su problema médico. Las opciones de telesalud son ideales para problemas médicos que no requieren un examen físico. Se trata de problemas como resfriados, gripe, COVID-19, erupciones cutáneas, repeticiones de recetas y terapia o asesoramiento.

Opciones de atención de servicio completo

Estos son algunos proveedores que ofrecerán atención en su hogar. Pueden enviar a un equipo móvil para que tome las constantes vitales y realicen exámenes al niño para que el médico haga una evaluación. Sus servicios abarcan desde atención primaria hasta atención compleja, así como salud conductual.

SPG Virtual Care, 480-268-2670:

- Atención crónica compleja
- Atención médica de rutina
- Cuidado de urgencia
- Cuidados intensivos
- Pruebas y tratamiento de COVID-19
- Tratamiento con anticuerpos monoclonales para COVID-19

- Seguimiento después del alta
- Niños con necesidades especiales
- Monitoreo remoto de pacientes

Spectrum Healthcare, 1-844-943-7387:

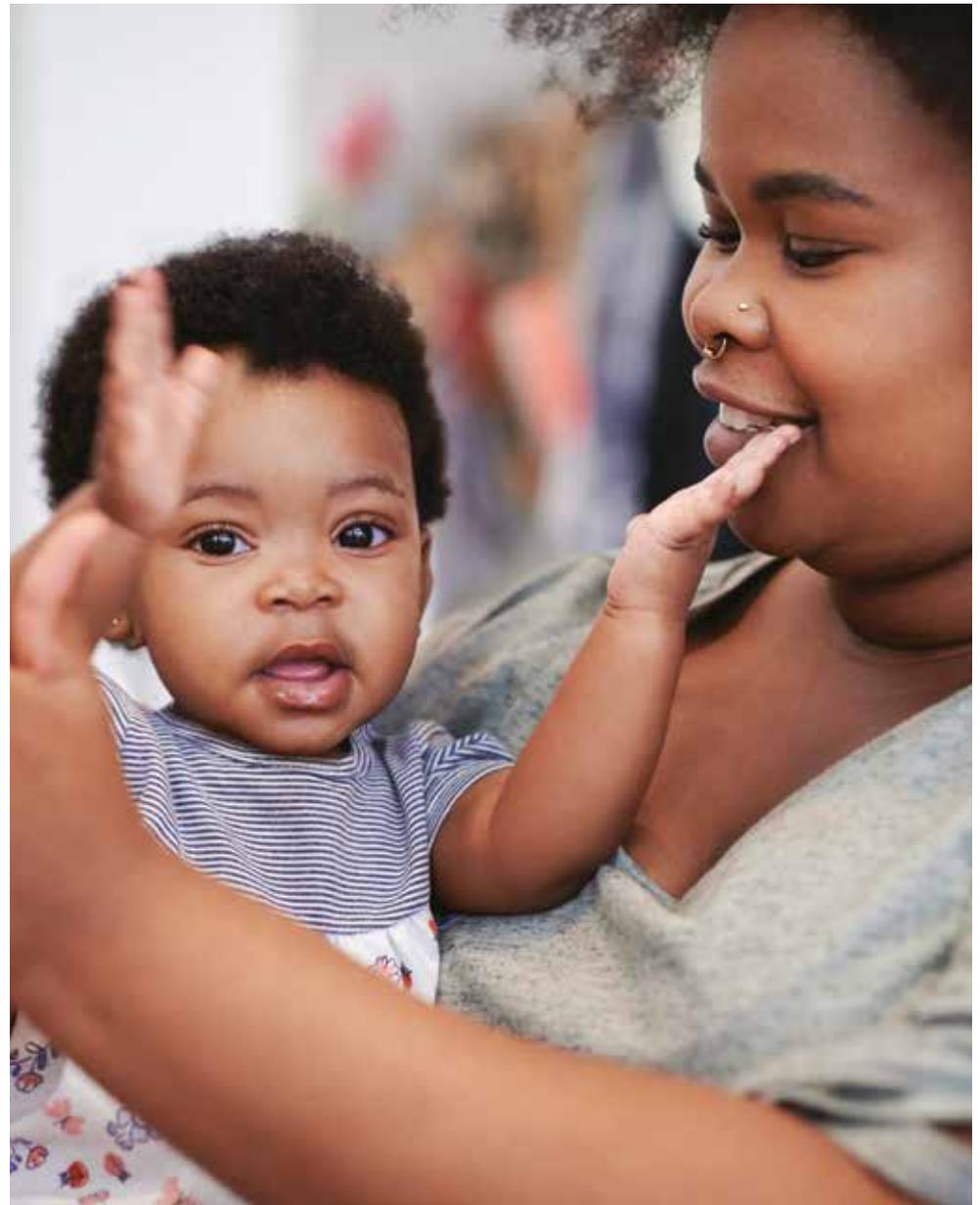
- Atención primaria
- Psiquiatría
- Asesoramiento
- Manejo del dolor
- Crisis
- Manejo de la atención
- Seguimiento del alta hospitalaria

DispatchHealth, 480-295-4490:

- Servicios de cuidado de urgencia
- Infecciones

- Gripe
- Neumonía
- Migraña
- Deshidratación
- Infecciones urinarias
- EPOC
- COVID-19

Para obtener una lista de los proveedores, visite www.MercyCareAZ.org y seleccione “Find a Provider” (Buscar un proveedor) en la parte superior de la página para buscar en el directorio.





Las consultas de bienestar regulares pueden ayudar a mantener a los niños sanos

Es importante que todos hagan consultas de bienestar regulares con su médico. Para los miembros de Mercy Care DCS CHP, el servicio de Detección, Diagnóstico y Tratamiento Temprano y Periódico o EPSDT, por sus siglas en inglés, es un programa de salud completo.

¿Qué es el programa EPSDT?

El programa EPSDT, también conocido como visita de niño sano, es importante para garantizar que los niños y jóvenes reciban todos los servicios de salud física y conductual requeridos.

¿Qué incluye una consulta de EPSDT (consulta de bienestar)?

Su médico:

- Lo examinará (usará ropa interior o una bata por cuestiones de pudor)
- Verificará que esté al día con sus vacunas
- Registrará su altura, peso e índice de masa corporal o IMC (para medir la grasa corporal)
- Revisará su audición, visión, encías y dientes
- Preguntará sobre cualquier antecedente personal o familiar de problemas de salud
- Evaluará su nutrición y hablará sobre alimentación saludable
- Verificará que esté creciendo y desarrollándose bien en comparación con la mayoría de los niños de su edad

- Realizará una prueba de detección de salud conductual
- Tratará temas como el consumo de tabaco, alcohol y drogas
- Controlará la presión arterial
- Solicitará análisis de sangre para anemia y otras pruebas de detección
- Lo enviará al laboratorio para pruebas adicionales, si es necesario

¿Por qué son importantes?

- **Son importantes para su salud.** Las visitas de niño sano les permiten a los médicos y enfermeros tener contacto regular con el niño y llevar un registro de (o *controlar*) su salud y desarrollo general mediante diversas pruebas de detección.
- **Es la ley.** Los niños en hogares de acogida necesitan un examen médico de niño sano dentro de los 30 días posteriores al ingreso en el cuidado tutelar. El sistema de respuesta rápida evaluará las necesidades de salud física y mental del niño dentro de las primeras 72 horas de la asignación a un hogar de acogida, según la Ley de Jacob. La mayoría de los niños en régimen de acogida estarán inscritos con un proveedor de servicios de salud mental.

Puede programar una cita ahora para el chequeo anual del niño. Esto es importante, aunque el niño no se sienta enfermo.

Puede llamar a Servicios a Miembros de Mercy Care DCS CHP al **602-212-4983** o al **1-833-711-0776 (TTY 711)**. Podemos ayudarle a programar una cita y obtener transporte para las citas médicas del niño o del joven. Para todas las emergencias, marque **911**.

ASUNTOS DE SALUD se publica para los miembros de Mercy Care DCS CHP. 4500 E. Cotton Center Blvd., Phoenix, AZ 85040.

Los servicios contratados están financiados por un contrato con AHCCCS.

Este documento incluye información general sobre la salud y no sustituye el asesoramiento y la atención que recibe de su proveedor. Siempre consulte a su proveedor sobre sus necesidades de atención médica personales.

Mercy Care es administrado por Aetna Medicaid Administrators, LLC, una compañía de Aetna.

Llame a Servicios a Miembros de Mercy Care DCS CHP de lunes a viernes, de 7 a.m. a 6 p.m., o llame a la línea de enfermería las 24 horas. Los servicios de asistencia lingüística, incluidos los servicios TTY están a disposición de los miembros para preguntar específicamente sobre cuestiones relacionadas con el control del uso. Por ejemplo, si tiene alguna pregunta sobre el estado de una autorización previa, llame a Servicios a Miembros de Mercy Care DCS CHP.

- Llame al **602-212-4983** o **1-833-711-0776 (TTY 711)**.

www.MercyCareAZ.org

2023 © Coffey Communications, Inc. Todos los derechos reservados.