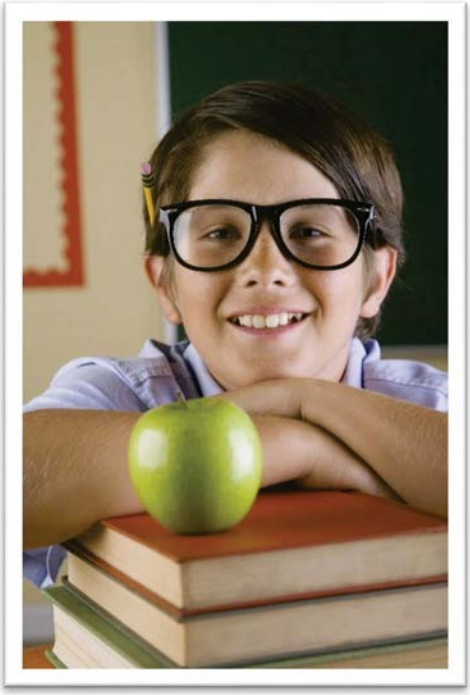
NOTICIAS PARA MIEMBROS DEL CMDP

Programa Integral de Atención Médica y Dental — Otoño de 2020

REGRESO A LA ESCUELA EN LA PANDEMIA DE COVID-19

ARIZONA DEPARTMENT of CHILD SAFETY
Comprehensive Medical and Dental Program

En este momento, todavía hay muchas cosas que no sabemos sobre el COVID-19. Este tipo de incertidumbre puede causar estrés y preocupación. Comenzar en una nueva escuela o regresar a la escuela también puede causar ansiedad. Como estas dos cosas están sucediendo al mismo tiempo, los padres y sus hijos pueden tener preocupaciones. Estos son cuatro aspectos que pueden ayudar en la preparación para regresar a la escuela en la pandemia de COVID-19.



Sinceridad. Lo mejor es tener conversaciones honestas con su hijo sobre lo que puede esperar al regresar a la escuela. Dígale a su hijo que algunas cosas serán diferentes para ayudar a todos a mantenerse sanos y seguros en la escuela. Ayude a su hijo a recordar algunos de los aspectos positivos que implica regresar a la escuela, como ver a sus amigos y aprender cosas nuevas.

Posibilidad de que haya nuevas normas. Es posible que haya menos estudiantes en cada clase y que los maestros se trasladen de una clase a otra en lugar de que los estudiantes cambien de aula. Quizá haya más espacio entre un escritorio y otro. Tal vez solo se permitan grupos pequeños en la cafetería o en el patio de juegos. Es probable que los estudiantes y los maestros tengan que usar mascarillas, y se insistirá más en la limpieza y el lavado de manos. Además, es probable que los autobuses tengan asientos asignados. Estos son solo unos pocos ejemplos de algunas de las nuevas normas que se pueden aplicar en las escuelas. El personal de la escuela de su hijo lo informará de antemano de los cambios que tenga previsto hacer.

Estudiantes con necesidades especiales. Si su hijo tiene una discapacidad, llame a la escuela para saber cómo se cubrirán las necesidades de su hijo. Es posible que esto requiera un poco de planificación extra. Si su hijo tiene una condición médica y corre un alto riesgo si se contagia de COVID-19, también será necesario que hable con el personal de la escuela y con el proveedor de atención médica de su hijo para saber si es seguro que regrese a la escuela.

Conversaciones con su hijo. Tal vez estos cambios sean mucho para asimilar. Quizá necesite tener más de una conversación con su hijo como preparación para el regreso a la escuela. Siga manteniendo conversaciones con su hijo incluso después de que comiencen las clases. Los niños suelen recurrir a adultos importantes de su vida para obtener apoyo emocional. Mantener la calma, escuchar activamente las preocupaciones y hablar con amabilidad ayudarán a tranquilizar a su hijo.

En esta edición

Recursos sobre el COVID-19 2
Atención médica integrada 2
Consultas preventivas de EPSDT 3
Peso saludable 5
Desde la farmacia 6
Atención de urgencia 7
Protección contra la gripe ... 7
Intoxicación por plomo 8
Jóvenes y adolescentes 9
Atención médica culturalmente competente 10
Recursos para miembros .. 13
Recursos en la comunidad 14

Comidas para llevar

Muchas escuelas de todo el estado sirven comidas gratis para llevar durante la emergencia sanitaria de COVID-19. Los niños y adolescentes de hasta 18 años pueden recibir comidas para llevar en los lugares participantes. HAGA CLIC AQUÍ para encontrar una escuela cercana. Si no puede encontrar una en su zona, llame a la **línea directa de AZ Hunger al 602-528-3434 o al 1-800-445-1914,** o envíe un mensaje de texto con la palabra "Food" (Comida) al 877-877.

PRÓXIMAMENTE

Prueba de COVID-19 para miembros del CMDP

Los niños en crianza temporal que se hayan expuesto al COVID-19 pueden hacerse una prueba de COVID-19 en un centro de Banner Urgent Care si tienen síntomas o si no los tienen. Comuníquese con su especialista del Departamento de Seguridad Infantil (DCS) para obtener más información. También puede visitar el sitio web del DCS o HACER CLIC AQUÍ y acceder a los pasos sobre cómo programar una consulta para la prueba en un centro de Banner Urgent Care cercano.

Hablar con los niños sobre el COVID-19

En los recursos de abajo encontrará información y consejos para hablar con los niños sobre el COVID-19.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)
Hablar con los niños sobre la enfermedad por coronavirus

Academia Americana de Pediatría
Nuevo coronavirus 2019 (COVID-19)

Academia Americana de Pediatría
Cuidar a los niños en crianza temporal en la pandemia de COVID-19

Facultad de Medicina de Harvard
Cómo hablar con los niños sobre el coronavirus

Coalición de Arizona para Eliminar la Violencia Sexual y Doméstica
Hablar con los niños sobre el COVID-19

Adaptado del Departamento de Seguridad Infantil (DCS) de Arizona
Mensaje para cuidadores n.º 21.

ATENCIÓN MÉDICA INTEGRADA: El Departamento de Seguridad Infantil (DCS) anunció hace poco iniciativas para formar un modelo de atención médica totalmente integrada para los niños en crianza temporal. LEER MÁS. El DCS contrató a Mercy Care para la prestación de TODOS los servicios médicos en todo el estado. Esto significa que los cuidadores y los proveedores de atención médica pueden trabajar juntos en un solo plan médico y una red de proveedores para prestar los mejores servicios de atención médica a los niños que atienden.

PRIMAVERA DE 2021. El Programa Integral de Atención Médica y Dental (CMDP) integrará por completo los servicios de atención médica para la salud física y conductual. Al finalizar, el CMDP cambiará su nombre a DCS Comprehensive Health Plan (DCS CHP). Con el DCS CHP, los niños tendrán acceso a los mismos servicios cubiertos a los que acceden con el CMDP y las autoridades regionales de salud conductual (RBHA).

QUEREMOS ESCUCHARLO. Tendrá oportunidades de compartir sus pensamientos e ideas sobre el modelo de atención médica totalmente integrada. Esté atento para recibir información más detallada en los próximos meses.

Consultas preventivas en la
PANDEMIA DE COVID-19

Quedarse en casa mantiene su seguridad y la de sus hijos, pero las consultas preventivas y las vacunas en los primeros 24 meses de vida son esenciales para garantizar la salud de los niños a largo plazo.

Adaptación a tiempos sin precedentes

Los médicos están haciendo adaptaciones en las operaciones habituales de las clínicas para prestarle el mejor servicio.

- Servicios de telemedicina, cuando sea posible
- Administración virtual de formularios, encuestas y pagos, cuando sea posible
- Horarios y consultorios específicos para las consultas preventivas o las consultas por enfermedad

Vacunación

- Posponer la aplicación de vacunas puede aumentar el riesgo de que su hijo tenga tos convulsa, sarampión y otras enfermedades que pueden prevenirse con vacunas.
- Según las directrices de los CDC, los médicos deben priorizar la atención de los recién nacidos y la vacunación de los bebés y niños pequeños (de hasta 24 meses).

Hable con el pediatra de su hijo para saber cómo están cubriendo las necesidades de seguridad y salud de los pacientes.

DISTRIBUIDO POR:

THE AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS ARIZONA CHAPTER

CONSULTAS PREVENTIVAS DE EPSDT

En estos tiempos de emergencia sanitaria de COVID-19, las consultas preventivas son más importantes que nunca. Las consultas preventivas también se denominan consultas de **evaluación, diagnóstico y tratamiento tempranos y periódicos (EPSDT)**. Estas consultas ayudan a niños y adolescentes a mantenerse sanos. También permiten que los cuidadores hagan preguntas y reciban consejos del médico del niño.

El CMDP quiere que las familias sigan el **programa de consultas preventivas** que recomienda la **Academia Americana de Pediatría** (AAP) desde la infancia hasta la adolescencia. Para acceder al programa de la AAP, HAGA CLIC AQUÍ.

Para obtener más información de la AAP sobre qué esperar en las consultas preventivas, HAGA CLIC AQUÍ.

Hable con el especialista del DCS del niño y pídale los registros médicos disponibles. Los médicos pueden usar estos registros para determinar si el niño está atrasado en alguna consulta o vacuna. Recuerde guardar los registros de todas las vacunas que reciba el niño.

Si necesita ayuda para encontrar un médico o programar una consulta, comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245 o a la línea gratis al 1-800-201-1795 (TTY/TDY 711) o enviando un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov.

Adaptado de la Academia Americana de Pediatría (AAP), Healthychildren.org.

MANTÉNGASE AL DÍA CON LAS VACUNAS

Como los horarios y las operaciones de los médicos están cambiando por el coronavirus (COVID-19), tal vez se pregunte si su hijo debería recibir las vacunas de todos modos.

La respuesta a esa pregunta es SÍ. Vacunar a los niños a tiempo, especialmente a los bebés desde el nacimiento hasta los 24 meses, los protege de enfermedades que se pueden prevenir.

Los niños más grandes también necesitan sus vacunas. Los requisitos escolares de vacunación siguen vigentes para este año escolar.

La mayoría de las vacunas se aplica mediante inyecciones en las consultas preventivas para niños (EPSDT). Los médicos están tomando medidas para que las consultas preventivas sean lo más seguras posible durante el brote de COVID-19. Tal vez las visitas en el consultorio sean un poco diferentes de lo habitual. Llamar con antelación es importante para que su médico pueda decirle cuál es la mejor forma de asistir.

El CMDP recomienda que los cuidadores sigan las directrices de la Academia Americana de Pediatría sobre la vacunación infantil. HAGA CLIC AQUÍ para acceder a los programas de vacunación más recientes.

Adaptado de la Academia Americana de Pediatría, HealthyChildren.org.

Aunque haya distanciamiento social, los niños **necesitan chequeos**

Las consultas preventivas y las vacunas de rutina son importantes, especialmente ahora. Los niños siguen creciendo, y es importante que mantengan al día los chequeos y las vacunas.

Comuníquese con el pediatra del niño para obtener más información sobre las posibles opciones para hacer los chequeos.

DISTRIBUIDO POR:

THE AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS ARIZONA CHAPTER

El PCP y el hogar médico

Es importante elegir el proveedor de atención primaria (PCP) adecuado. El PCP es el hogar médico del niño. Este profesional es el médico que prestará la mayoría de los servicios de atención médica del niño. El PCP lleva un registro de la historia médica y remite al paciente a un especialista cuando es necesario.

El CMDP puede ayudarlo a encontrar un PCP. Nuestro Directorio de proveedores en línea incluye los nombres, los lugares, los números de teléfono y los idiomas de los proveedores de atención médica registrados en el CMDP. Entre ellos se incluyen proveedores de atención dental y otros especialistas en atención médica. Puede acceder al Directorio de proveedores del CMDP visitando nuestro sitio web, https://dcs.az.gov/services/cmdp.

Si necesita ayuda para encontrar un PCP o si quiere que le envíen por correo una copia del Directorio de proveedores sin costo, comuníquese con los Servicios para Miembros llamando al 602-351-2245 o a la línea gratis al 1-800-201-1795, o enviando un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov.

Una buena nutrición y un peso saludable

En estos tiempos de distanciamiento físico para intentar evitar enfermar por el COVID-19, es importante comer sano. Una buena nutrición es más que solo evitar la "comida chatarra". Una buena nutrición es asegurarse de que el cuerpo reciba las comidas adecuadas para que disfrute de una salud óptima.

COMIDAS SALUDABLES. No existen las "comidas malas". Una comida saludable es colorida e incluye frutas y vegetales. Una comida saludable también incluye cereales integrales y proteínas. Tome agua en lugar de bebidas azucaradas. Intente limitar el consumo de cereales refinados, postres y snacks, como las tortas, las galletas y los productos de pastelería.

ACTIVIDAD FÍSICA. Hacer actividad física con regularidad tiene muchos beneficios para la salud de los niños y adolescentes. Procure que esto sea divertido. Practicar una actividad física divertida puede ayudar a mantener los huesos fuertes, reducir la presión, reducir el estrés y la ansiedad, y mantener un peso saludable.

PESO SALUDABLE. En cada consulta preventiva, el médico controlará el peso y la estatura del niño, y calculará su índice de masa corporal (IMC). Un IMC alto es una señal de sobrepeso. Hable con su médico sobre las cosas que puede hacer para que su hijo mantenga un peso saludable.

Algunos medicamentos pueden afectar el peso de un niño. Hable con su médico sobre los medicamentos del niño. Puede pedirle que cambie el medicamento o trabajar con un nutricionista. El CMDP cubre las consultas de nutrición para ayudar a las familias a aprender cómo controlar el peso de los niños.

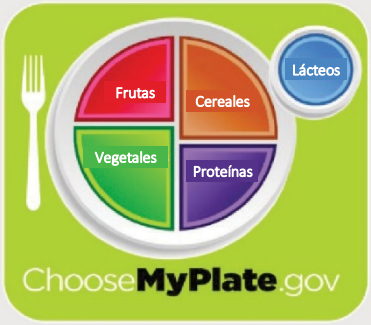
Adaptado de CDC Healthy Weight y USDA ChooseMyPlate.gov.

Duerma lo suficiente

¿Sabía que no dormir lo suficiente está asociado a la obesidad? Los niños necesitan dormir más que los adultos. La cantidad de horas de sueño que necesita un niño depende de su edad. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) sugieren formas de mejorar el sueño y señalan la cantidad de horas de sueño recomendadas para niños y adultos. Para obtener más información de los CDC, **HAGA CLIC AQUÍ**. Hable con un médico si usted o su hijo tienen dificultades para dormir.

Recetas y más

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) tiene recetas de comidas saludables y sugerencias sobre cómo hacer elecciones saludables. **HAGA CLIC AQUÍ** para obtener más información o visite el sitio web del USDA en ChooseMyPlate.gov.



OPTUM Rx®

¿Qué son los preparados magistrales?

Los preparados magistrales se hacen con dos o más ingredientes y no pueden conseguirse en una farmacia común. Suelen prepararlos para niños que no pueden tomar comprimidos o cápsulas.

El CMDP cubre estos medicamentos cuando se usa una farmacia de preparados magistrales. El CMDP NO cubre el servicio de las farmacias que usan kits para hacer preparados magistrales.

La información sobre las farmacias está en la parte de atrás de la tarjeta de identificación del miembro del CMDP. Si tiene problemas para que le surtan una receta en una farmacia común o en una farmacia de preparados magistrales en el horario de atención o fuera de este, llame a la línea de ayuda de farmacias que figura en la parte de atrás de la tarjeta de identificación del miembro del CMDP. También puede llamar al médico que le recetó el medicamento.

Para encontrar una farmacia común o una farmacia de preparados magistrales cerca, visite el sitio web del CMDP o comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245 o a la línea gratis al 1-800-201-1795 (TTY/TDY 711), o enviando un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov.

Retirada de medicamentos y advertencias de caja negra de la FDA

Las advertencias de caja negra de la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) alertan al CMDP sobre los efectos secundarios que un medicamento puede tener. Las retiradas de medicamentos del mercado suceden cuando un medicamento tiene defectos o podría ser inseguro. Si hay un problema con un medicamento o dispositivo médico que le dieron a un miembro, el CMDP se comunicará con el miembro y su médico para informarlos. Es muy importante que hable con su médico sobre cuáles son las mejores opciones para su salud y sobre cualquier medida que sea necesario tomar. Como siempre, el CMDP está aquí para ayudarlo.

Lista de medicamentos preferidos del CMDP

El CMDP tiene una lista de medicamentos preferidos (PDL). La PDL es una lista de medicamentos que cubre el CMDP. Su médico o farmacéutico puede ayudarlo a encontrar medicamentos incluidos en la PDL. Si un medicamento no está incluido en la PDL, el médico debe comunicarse con OptumRx para obtener una autorización previa antes de que usted vaya a la farmacia. OptumRx puede tardar entre 1 y 2 días laborables para revisar la solicitud del médico. HAGA CLIC AQUÍ para acceder a una lista completa de medicamentos cubiertos por el CMDP o visite nuestro sitio web en dcs.az.gov/services/cmdp/members.

RECUERDE: Es importante que le dé a la farmacia la información correcta cuando vaya a surtir una receta. Las autoridades regionales de salud conductual (RBHA) cubren los medicamentos recetados por un especialista en salud conductual. La farmacia necesita el nombre de la RBHA y el número de identificación del Sistema de Contención de Costos de la Atención Médica en Arizona (AHCCCS) del miembro que figura en la parte de adelante de la tarjeta de identificación del miembro del CMDP.

Proteja a su familia contra la gripe

Este año, con el COVID-19, es más importante que nunca proteger a sus hijos y a su familia de la gripe. La gripe se transmite de una persona a otra y puede propagarse con rapidez en las comunidades. La temporada de gripe, por lo general, comienza en otoño y finaliza en primavera.

Vacunarse es la mejor manera de reducir el riesgo de contraer la gripe. Los médicos recomiendan que todas las personas, a partir de los 6 meses, se vacunen contra la gripe todos los años.

La vacuna contra la gripe puede reducir las enfermedades gripales, las consultas al médico y las faltas a la escuela y al trabajo. **HAGA CLIC AQUÍ** para acceder a una hoja informativa útil sobre la gripe de la Academia Americana de Pediatría o visite Healthychildren.org para obtener más información sobre la gripe.

Si tiene preguntas sobre la vacuna contra la gripe, comuníquese con su médico. Si necesita ayuda para programar una vacuna contra la gripe para un miembro del CMDP, comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245 o al 1-800-201-1795, o enviando un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov.

Adaptado de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y la Academia Americana de Pediatría, HealthyChildren.org.

Atención de urgencia

Es importante que los miembros se atiendan con su proveedor de atención primaria (PCP) cuando estén enfermos y no sea una emergencia. El PCP puede tratar la enfermedad o condición y hacer un seguimiento si es necesario. Siempre que sea posible, programe las consultas con el PCP del niño antes de obtener atención de urgencia o de acudir al departamento de emergencias de un hospital. Si tiene preguntas sobre dónde buscar atención de rutina que no se considere de emergencia, primero intente llamar al PCP. El PCP puede aconsejarlo, o usted puede dejar un mensaje para que el PCP le devuelva la llamada. Si el niño necesita atención que no se considere de emergencia cuando esté cerrado el consultorio del PCP, acuda a un centro de atención de urgencia.

Si considera que la vida del niño corre peligro o que no atenderlo rápido puede perjudicarlo, acuda al departamento de emergencias del hospital más cercano o llame al 911. Esto incluye ideas suicidas u homicidas.

Para obtener una lista de los centros de atención de urgencia y de los hospitales más cercanos, visite el Directorio de proveedores del CMDP en nuestro sitio web o comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245 o 1-800-201-1795, o enviando un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov para recibir ayuda.

Prevención de la intoxicación por plomo en los niños

La intoxicación por plomo es un problema grave en los niños. Los niños pueden sufrir intoxicación por plomo cuando respiran o tragan polvo que contiene plomo. Los bebés que están por nacer y los niños menores de 6 años son los que tienen mayor riesgo de sufrir intoxicación por plomo. Incluso a niveles bajos, el plomo puede causar daño irreversible en la audición, el crecimiento y el desarrollo de un niño.

El plomo está con mayor frecuencia en:

- Pintura en el interior y exterior de las casas construidas antes de 1978
- Polvo y cascarillas de pintura vieja
- Material de pasatiempos, como pinturas
- Comida almacenada en determinados platos de cerámica (en especial si los platos se fabricaron en otro país)
- Juguetes y muebles pintados viejos, como cunas
- Agua del grifo, especialmente en las casas que tienen soldadura de plomo en las tuberías

La intoxicación por plomo es 100 % prevenible. Todos los niños deben hacerse una prueba de plomo en sangre al año y a los dos años en sus consultas preventivas. Si a su hijo no le hicieron esta prueba por las precauciones por el COVID-19, hable con su médico para que se haga la prueba en cuanto pueda. Si está embarazada, hable con su médico de atención prenatal sobre la intoxicación por plomo y cómo evitarla.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades desarrollaron medidas que usted puede tomar para eliminar el plomo de su casa. HAGA CLIC AQUÍ para obtener más información.

Para obtener información del Departamento de Servicios de Salud de Arizona sobre las pruebas para detectar plomo en su casa, HAGA CLIC AQUÍ.

Adaptado de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Departamento de Servicios de Salud de Arizona.

COMUNÍQUESE CON EL CMDP

Los representantes de servicios del CMDP pueden ayudarlo si tiene preguntas, preocupaciones o problemas relacionados con los servicios médicos y dentales para los niños que están a su cuidado. Llámenos. Estamos a su disposición de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.

Los Servicios para Miembros del CMDP puede ayudarlo con:

- Información general sobre los beneficios médicos de su hijo
- Elección o cambio de médicos
- Obtención de una nueva tarjeta de identificación del miembro del CMDP
- Cuestiones relacionadas con facturas médicas
- Programación de consultas
- Problemas para surtir recetas
- Servicios de intérprete

Servicios para Miembros del CMDP
1-800-201-1795, servicios TTY/TDD: 711
CMDPMemberServices@azdcs.gov

Servicios médicos del CMDP
1-800-201-1795
CMDPNurse@azdcs.gov

Fin de la crianza temporal

¿Está actualmente en crianza temporal y cumplirá 18 años en poco tiempo o ya los cumplió? Puede calificar para un programa de seguro médico especial y muchos otros servicios mediante el estado de Arizona.

SEGURO MÉDICO. Si actualmente está en crianza temporal y cumplirá 18 años en poco tiempo o ya los cumplió, puede calificar para un programa de seguro médico especial llamado Seguro de Transición para Adultos Jóvenes (YATI). Este seguro le da acceso a chequeos médicos, medicamentos con receta, médicos especialistas y consultas médicas cuando está enfermo, a bajo costo o gratis.

Puede presentar una solicitud de YATI en cualquier momento. No hay una fecha límite para la inscripción. Hable con su especialista del DCS sobre el YATI. O bien, puede hacer la solicitud en línea visitando Health-e-Arizona Plus o www.healthearizonaplus.gov.

PROGRAMAS ESCOLARES, DE TRABAJO Y DE VIVIENDA. Si su crianza temporal está llegando a su fin, hay servicios disponibles que pueden comenzar antes o después de que cumpla los 18 años y extenderse hasta los 21 años. Podría ser elegible para programas escolares, de trabajo y de vivienda respaldados por el estado de Arizona.

Para obtener más información sobre estos programas, visite el Programa para Jóvenes Adultos en el sitio web del Departamento de Seguridad Infantil de Arizona en https://dcs.az.gov/services/young-adult/young-adult-program o HAGA CLIC AQUÍ.

Adaptado del Programa para Jóvenes Adultos del Departamento de Seguridad Infantil de Arizona y Fostering Advocates Arizona.

Los jóvenes y el tabaco

Usar productos derivados del tabaco, en cualquier forma, es peligroso. Hay productos que pueden ayudar a los jóvenes a dejar de consumir tabaco. El CMDP cubre estos productos si el médico hace una receta. Esto incluye productos de venta sin receta y productos para la terapia de reemplazo de la nicotina. Consulte a su médico sobre los medicamentos disponibles.

ASHline. La Línea de ayuda para fumadores de Arizona da apoyo para dejar el tabaco, incluyendo un coach para dejar de fumar sin costo. Llame al 1-800-556-6222 o visite ashline.org.

STAND. Students Taking a New Direction es un grupo de adolescentes de Arizona que quiere crear conciencia sobre los peligros del tabaco y la adicción en sus comunidades, escuelas y círculos de amigos. HAGA CLIC AQUÍ para obtener más información.

Tobacco Free AZ (Arizona libre de tabaco). Es un programa del Departamento de Servicios de Salud de Arizona que tiene más recursos, atención y tratamiento. HAGA CLIC AQUÍ.

ASHLINE STAND STUDENTS TAKING A NEW DIRECTION

Hable con su médico sobre las ITS

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones que puede contraer por tener contacto sexual con una persona que ya tiene la infección. No siempre puede saber si una persona está infectada. Muchas ITS no tienen síntomas. Sin embargo, las ITS se pueden transmitir de una persona a otra incluso si no hay señales de infección.

Las ITS no tratadas pueden causar problemas de salud, como cáncer, enfermedad inflamatoria pélvica e infertilidad. El médico puede hacerle pruebas de detección de ITS, para poder tratarlas. El CMDP paga todas las pruebas de detección.

La planificación del futuro y el cuidado de su salud son importantes. Tenga una conversación honesta y abierta con su médico sobre la abstinencia y el sexo seguro. Pregunte si debería hacerse una prueba de detección de ITS.

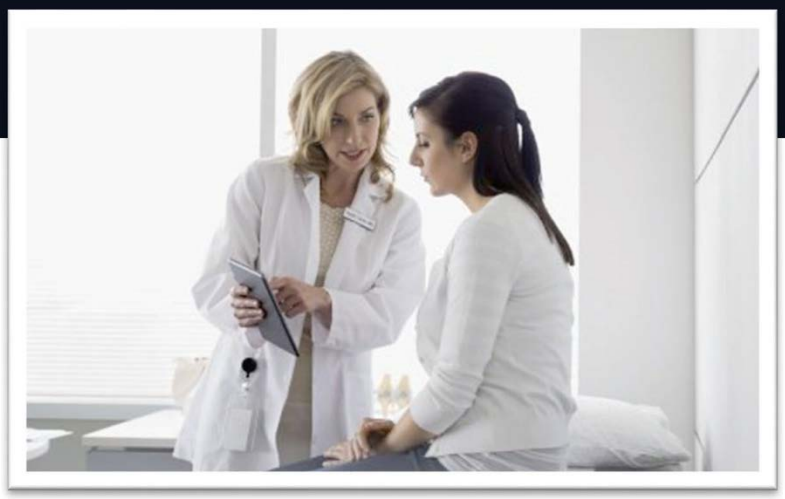
Adaptado del Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos.

Planificación familiar

Los miembros del CMDP pueden recibir servicios de planificación familiar y métodos anticonceptivos sin ningún costo. Esto incluye:

- Exámenes físicos anuales, exámenes ginecológicos y exámenes preventivos
- Análisis de laboratorio
- Pruebas, tratamiento y orientación sobre las infecciones de transmisión sexual (*ITS*), incluyendo la clamidia
- Pruebas y orientación sobre el virus de la inmunodeficiencia humana (*VIH*)
- Educación sobre la prevención del embarazo, la elección de no tener sexo (*abstinencia*) y las ITS
- Educación y suministros anticonceptivos recetados
- Píldoras anticonceptivas
- Inyecciones anticonceptivas (*Depo Provera*)
- Implantes anticonceptivos
- Condones (*masculinos y femeninos*)
- Diafragmas y esponjas
- Dispositivo intrauterino (*DIU*)
- Parches anticonceptivos
- Espermicidas y lubricación
- Anticonceptivo de emergencia (*Plan B o Ella*)

Obtenga la información que necesita para tomar las decisiones correctas para usted. Hable con su médico, especialista del DCS o cuidador para obtener ayuda con las decisiones sobre la planificación familiar. O puede comunicarse con la línea de enfermería del CMDP al 602-351-2245 o 1-800-201-1795 para obtener más información sobre los servicios de planificación familiar. No es necesario que nos dé su nombre.



Aumente su alfabetización en salud

¿Cuán bien comprende lo que le dice el médico? La alfabetización en salud es la capacidad de leer y entender la información sobre la salud y la atención médica, para poder tomar las decisiones correctas para usted y su familia.

A muchas personas les resulta difícil entender la información médica que necesitan para su atención y la de sus hijos. Estas son algunas cosas que puede hacer para aumentar su alfabetización en salud:

Pida ayuda. Si necesita ayuda para completar formularios, pídala. Pida el material escrito en el idioma que puede leer con más facilidad. Pida un intérprete si lo necesita.

Lleve una libreta. Escriba las preguntas que quiera hacer en las consultas médicas. Escriba lo que dice el médico en las consultas. Conserve sus anotaciones en un solo lugar.

Hable. Avise a los médicos y al personal si no entiende lo que le están diciendo.

La Academia Americana de Pediatría tiene buenos recursos que pueden ayudarlo a aumentar su alfabetización en salud. **HAGA CLIC AQUÍ** para obtener más información o visite https://brightfutures.aap.org/families/Pages/Resources-for-Families.aspx.

Adaptado de la Academia Americana de Pediatría, Bright Futures, recursos para las familias.

Atención médica culturalmente competente

El CMDP quiere que los miembros de todas las culturas y todos los idiomas reciban la atención que necesitan. Tal vez quiera que lo atienda un médico que hable su idioma o que comprenda su cultura. Podría preferir un médico hombre o mujer. Es importante que el médico sepa qué lo hace sentir más cómodo.

Avísenos si tiene problemas para hablar con el médico o con su personal. Podemos coordinar servicios de intérprete. También podemos ayudar si tiene dificultades visuales y auditivas.

Servicios de la línea de idiomas. Si necesita hablar con un médico o alguien del personal que hable su mismo idioma, podemos ayudarlo. El CMDP da acceso a una línea de idiomas para recibir servicios de interpretación que lo ayudarán en sus visitas de atención médica. La traducción está disponible por teléfono o por escrito. Comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245 o a la línea gratis al 1-800-201-1795 (TTY/TDY 711), o envíenos un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov al menos una semana antes de su consulta.

Material en formatos alternativos. Si necesita recibir la información en otro formato, por ejemplo, otro idioma, letras grandes, braille o cinta, comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245 o a la línea gratis al 1-800-201-1795 (TTY/TDY 711), o envíenos un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov. Si tiene pérdida de la audición o del habla y usa servicios de retransmisión (TRS) o un teléfono de texto (TTY), marque 711 para comunicarse con un operador de TRS.

ATENCIÓN:

If you speak a language other than English, language assistance services, are available at no cost to you. Call 1-866-874-3972; code: 544167.

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

Français (French)
ATTENTION : Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-866-874-3972; code: 544167.

繁體中文 (Chinese)
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 (Russian)
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'ánída'áwo'dęę', t'áá jiik'eh, éí ná hóló, kojį' hódíílnih 1-866-874-3972; 544167.

العربية (Arabic)
ث ة انلخو عذة انمس ذم انلخةم اذتة حذك ث ت ت إذا :ربيةملحوظة
ة اتصل نم نج ة وا 1-866-544167 .زم 3972-874

Los miembros no pagan nunca

Usted no tiene la responsabilidad de pagar costos de bolsillo por los servicios médicos cubiertos, incluyendo los copagos, aunque le pidan que lo haga. El CMDP debe estar indicado como la parte responsable en cualquier formulario que el proveedor de atención médica le pida que firme. No incluya su domicilio, su número de teléfono ni su número de Seguro Social en ninguna factura ni reclamo. Si su proveedor de atención médica tiene preguntas sobre el pago o si usted recibe una factura, comuníquese con el CMDP llamando al 602-351-2245 o al 1-800-201-1795. O envíe un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov y un representante de los servicios del CMDP se comunicará con el proveedor de atención médica para tratar el problema de facturación.

Manual del miembro del CMDP

El Manual del miembro del CMDP tiene información que necesita. Explica cómo recibir servicios de atención médica y medicamentos, e indica qué servicios están cubiertos y cuáles no. También describe los derechos del miembro y las responsabilidades del cuidador de participar en la atención médica del miembro.

El Manual del miembro está en el sitio web del CMDP, dcs.az.gov/services/cmdp/members. Si tiene preguntas sobre los beneficios cubiertos o si quiere recibir una copia impresa del Manual del miembro del CMDP por correo sin ningún costo, comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245 o a la línea gratis al 1-800-201-1795 (TTY/TDY 711), o envíenos un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov.

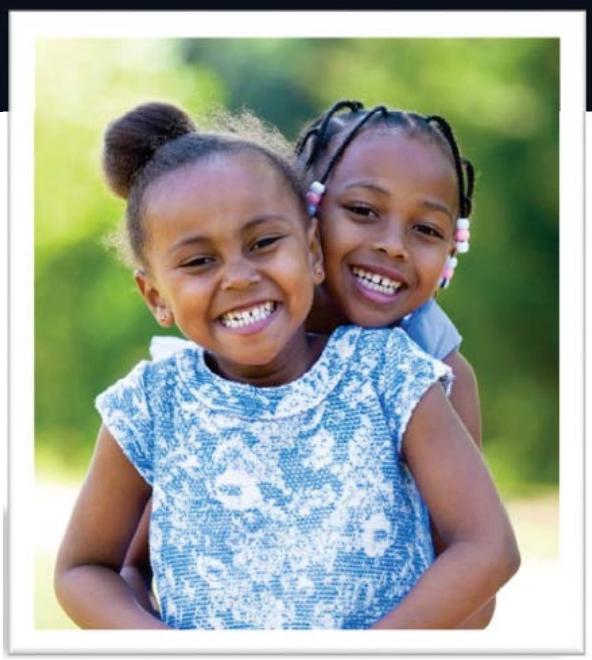
Normas sobre el tiempo de espera para las consultas

El CMDP tiene normas sobre cuánto tiempo deben esperar los miembros para una consulta con un médico. Debería poder programar las consultas en los plazos estándares. Para ver una lista de las normas sobre el tiempo de espera para las consultas médicas, dentales y otras consultas de atención especializada, HAGA CLIC AQUÍ. También puede visitar el sitio web del CMDP, https://dcs.az.gov/services/cmdp/providers.

Si asiste a una consulta de rutina, el tiempo en la sala de espera debería ser de aproximadamente 45 minutos o menos, salvo cuando el proveedor de atención médica no esté disponible por una emergencia.

Si tiene problemas para programar las consultas, comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245 o al 1-800-201-1795, o enviando un correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov para recibir ayuda.

RECUERDE, si tiene una emergencia médica y necesita ayuda de inmediato, marque 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana.



Su opinión es importante

El CMDP quiere saber si usted tiene alguna queja sobre los servicios de atención médica que recibe. Una queja también se conoce como queja formal.

Para presentar una queja formal, comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245, a la línea gratis al 1-800-201-1795, por fax al 602-264-3801 o por correo electrónico a CMDPMemberServices@azdcs.gov. También puede escribirnos a:

Arizona Department of Child Safety
CMDP C010-18
Attention: Member Grievances
P.O. Box 29202
Phoenix, AZ 85038-9202

El CMDP resolverá su queja formal en un plazo de 10 días laborables después de recibirla, salvo que haya circunstancias extraordinarias. El CMDP resuelve todas las quejas formales en un plazo de 90 días después de recibirlas. También tiene derecho a comunicarse con el AHCCCS si nosotros no le resolvemos el problema.

Recursos de la comunidad

Mujeres, bebés y niños (WIC) es un programa de nutrición suplementaria para mujeres, bebés y niños destinado a las mujeres, los bebés y los niños de hasta 5 años que corren riesgos nutricionales. Los miembros del CMDP califican para recibir los servicios del programa WIC. El número gratis del WIC es 1-800-252-5942. Puede encontrar más información en el sitio web del Departamento de Servicios de Salud de Arizona, en https://www.azdhs.gov/prevention/azwic/index.php.

Head Start y Early Head Start son programas de desarrollo infantil que prestan servicios a los niños desde el nacimiento hasta los 5 años, a las mujeres embarazadas y a sus familias. Los niños en crianza temporal tienen prioridad 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) incluye programas y servicios que ayudan a las familias de bebés y niños pequeños (desde el nacimiento hasta los 3 años) que tienen discapacidades o retrasos. Un niño, desde el nacimiento hasta los 3 años, que sea víctima de maltrato, abuso o abandono puede someterse a una evaluación del AzEIP. Para obtener más información sobre el programa AzEIP, llame al 602-532-9960 o al número gratis 1-888-439-5609, o visite www.azdes.gov/azeip/.

La **Agencia del Área para la Vejez** presta servicios y defensoría a los adultos de 60 años o más y a los adultos de 18 años o más que tienen VIH o sida, discapacidades y necesidades de atención a largo plazo. Para encontrar una oficina local, visite https://des.az.gov/services/aging-andadult/aging-and-disability-services/area-agency-aging.

La **Asociación sobre el Alzheimer** da información y recursos para cuidar a alguien que tiene Alzheimer u otro tipo de demencia. Llame gratis a la línea de ayuda 24/7 al 1-800-272-3900, o visite su sitio web, en https://www.alz.org/dsw.

Niños con Enfermedades Mentales y Angustias (MIKID) es una organización sin fines de lucro a nivel estatal que presta servicios a los niños con necesidades de salud mental y a sus familias. Visite http://www.mikid.org/locations/ o llame al 602-253-1240 para obtener ayuda.

La **Coalición para la Prevención del Suicidio de Arizona** es una organización sin fines de lucro que fomenta la conciencia sobre el suicido, la intervención y la acción. Envíe un correo electrónico a AZSPC@gmail.com para obtener más información.

La **Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (NAMI)** se dedica al tratamiento de calidad para las personas con enfermedades mentales. Visite http://www.namiarizona.org.

Dump the Drugs AZ pone a disposición buzones para desechar los medicamentos que ya no necesita. Visite https://www.azdhs.gov/gis/dump-the-drugs-az/.

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

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

Si necesita ayuda para recibir servicios de cualquiera de estos programas, comuníquese con los Servicios para Miembros del CMDP llamando al 602-351-2245 o al 1-800-201-1795, o visítenos en CMDPMemberServices@azdcs.gov.

ARIZONA
DEPARTMENT
of CHILD SAFETY
Comprehensive Medical
and Dental Program

Departamento de Seguridad Infantil de Arizona
Programa Integral de Atención Médica y Dental
Sitio web: https://dcs.az.gov/services/cmdp
Teléfono: 602-351-2245, servicios TTY/TDD: 711
Teléfono secundario: 1-800-201-1795
Dirección: PO Box 29202, S/C CH010-18
Phoenix, AZ 85038