



¡Acompáñanos en nuestros eventos Holiday Bash!

¡Celebra la magia de la época de fiestas en nuestros próximos eventos Holiday Bash de Texas Children's Health Plan!

Tendremos actividades divertidas que toda tu familia puede disfrutar, incluyendo:

- Conocer, saludar y tomarse fotografías con favoritos personajes festivos, como Papa Noel.
- Recibir consejos sobre cómo combatir los gérmenes y mantenerse libre de influenza durante la época de fiestas.
- Diversión navideña en el área para niños.
- Exámenes de salud y recursos comunitarios.

¿Tú y tu familia quieren acompañarnos, pero necesitan transporte para los eventos? ¡Podemos ayudarlos! [Haz clic aquí](#) para programar un traslado sin costo.

Para obtener más información sobre estos eventos y los exámenes de salud, visita texaschildrenshealthplan.org/es/eventos.



¡Mantente libre de la influenza, los resfriados y el RSV!

¡Ha llegado la temporada de resfriados, influenza y el virus respiratorio sincitial (RSV)! Nuestra máxima prioridad es mantener a su familia sana.

Los síntomas de la influenza, los resfriados y el RSV pueden variar de leves a graves, como secreción nasal, dolor de garganta, fiebre, vómitos y diarrea. Si tu hijo tiene estos síntomas, programa una consulta con su médico lo antes posible.

Además de recibir las vacunas contra la influenza y el RSV, estos son algunos consejos útiles para mantener a tu familia sana:

- Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable cuando tosas o estornudes.
- Lávate las manos con frecuencia y asegúrate de usar agua y jabón.
- Si estás enfermo, quédate en casa y evita el contacto con otras personas.
- Reduce el riesgo de enfermarte durmiendo bien, llevando una dieta equilibrada y haciendo ejercicio moderado.

Visita texaschildrenshealthplan.org/es/flu para obtener más información.



TU bienestar es nuestra prioridad

En Texas Children's Health Plan, reconocemos, respetamos y honramos todos los aspectos de quién eres tú. Independientemente de tus antecedentes o creencias, estamos comprometidos a brindarte la mejor calidad de cuidado y servicios médicos.

Es por esto y más que te brindamos una variedad de herramientas y soporte para ayudarte, incluyendo:

- Hablarte en el idioma que elijas cuando nos llames
- Brindar grupos de apoyo para nuestra diversa comunidad de miembros.
- Poner nuestros materiales impresos en tu idioma. We also train our teams and our doctors so they can give you the right support.

También capacitamos a nuestro personal y médicos para que puedan brindarte el apoyo adecuado.

¡Visita nuestra página web para obtener más información sobre estos servicios o llámanos para obtener más información!

[Contáctanos](#)



Tus opciones de cuidado médico durante la época de fiestas

Ya sea que viajes durante la época de fiestas para visitar a tus seres queridos o para irte de vacaciones, tener un plan sobre qué hacer si tienes un problema de salud puede hacer que tus viajes sean más tranquilos y ayuda a evitarte problemas. Como miembro de Texas Children's Health Plan, tienes excelentes opciones.

Comienza llamando a tu médico de cuidado primario. Él o ella puede ayudarte a decidir qué hacer a continuación.

También puedes llamar a nuestra [línea telefónica de ayuda 24/7](#). Podrás hablar con una enfermera registrada y recibir ayuda día y noche.

Otra opción es hacer una consulta en línea con un proveedor médico a través de [Texas Children's Anywhere Care](#). Texas Children's Anywhere Care puede ayudarte a obtener una consulta en línea con un proveedor médico en tan solo minutos.

Si tienes una emergencia grave o que pone en peligro tu vida, ve a la sala de emergencias más cercana o llama al 9-1-1.

¡La temporada de influenza ha llegado! Sin cobertura médica, podría resultarte muy costoso.

No te arriesgues a perder tu cobertura de Medicaid durante la temporada de influenza y resfriados. Mantener tu cobertura te ayudará a evitar altos costos de tu propio bolsillo si tú o tus hijos se enferman. (Nuestro consejo: Asegúrate de saber la fecha de finalización de tu cobertura médica para que puedas estar listo para renovarla).

¿Necesitas renovar tu cobertura? [Visita nuestra página web](#) para obtener más información.

Texas Children's® MyChart

Con la aplicación MyChart de Texas Children's®, tu información médica está a solo unos clics de distancia, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Puedes actualizar tu médico de cuidado primario, imprimir tu tarjeta de identificación de miembro, revisar tu información médica e incluso acceder a referidos. MyChart. El manejo de tu cuidado médico, hecho fácil.

[Regístrate](#)

Enlaces de utilidad

- [Encuentra un médico cerca de ti](#)
- [Recibe asistencia médica a través de nuestra línea telefónica de ayuda 24/7](#)
- [¿Tienes preguntas? ¡Llámanos!](#)
- [Asistencia de transporte para una cita médica o para comprar medicamentos](#)
- [Recursos en la comunidad](#)
- [Acompáñanos en nuestra Junta de Consejo de Miembros](#)
- Manuales de miembros
 - [CHIP](#)
 - [STAR](#)
 - [STAR Kids](#)

¡Queremos saber tu opinión!

¿Qué opinas de este boletín? ¿Tienes un tema que te gustaría conocer más? ¡Danos tu opinión en esta breve encuesta!

[Responde a la encuesta aquí](#)



MK-2411-108

Copyright © 2024 Texas Children's Health Plan. All rights reserved.

Our mailing address is:
PO Box 301011, WLS-8360 Houston, TX 77230-1011

Want to change how you receive these emails?
You can [unsubscribe from this list](#).