



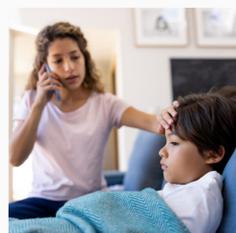
## Mantente firme en la lucha contra la influenza

Durante esta época fría del año, la influenza y otros virus respiratorios continúan propagándose por los Estados Unidos. Los síntomas pueden variar de leves a graves, como fiebre, dolor de garganta, secreción nasal y mucho más.

¿Sabías que...? Se estima que **nueve millones** de enfermedades, cuatro millones de visitas médicas y más de 100.000 hospitalizaciones fueron las causas de la temporada de influenza del año pasado.

Existen algunos pasos sencillos que te brindarán otra capa de defensa contra la influenza. Varios de ellos es lavándose las manos, limpiando superficies, comiendo alimentos nutritivos y [haciendo ejercicio](#).

Además, una de las mejores formas de prevenir la influenza es con la vacuna. No olvides que la vacuna contra la influenza es un beneficio cubierto para los miembros de Texas Children's Health Plan. Llama a tu proveedor de cuidado primario para programar una cita hoy mismo.



### ¿Infección de las vías respiratorias superiores? ¡Evita la sala de emergencias!

Muchas infecciones pueden afectar la salud de tu hijo, especialmente cuando hace frío y llueve. Las más comunes son las [infecciones de las vías respiratorias superiores \(URI, por sus siglas en inglés\)](#).

Los síntomas de las URI pueden variar de leves a graves. La mayoría de los síntomas leves, como secreción nasal, fiebre baja y tos seca, se pueden tratar en casa. Si tu hijo tiene síntomas más graves, como fiebre alta o dificultad para respirar, busca atención médica inmediata.

Llama al médico de tu hijo para que te ayude a comprender las opciones de tratamiento. También puedes comunicarte con nuestra Línea telefónica de enfermería 24/7 o programar una consulta en línea a través de [Texas Children's Anywhere Care](#). Cuando los síntomas sean graves y necesites atención médica inmediata, busca una clínica de atención de urgencia cerca de ti.

Visita [texaschildrenshealthplan.org/es/skip-the-wait](https://www.texaschildrenshealthplan.org/es/skip-the-wait) para obtener más información.



### ¡Sácale brillo a tu salud bucal!

Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental Infantil. Es hora de que todos repasemos la importancia de la salud bucal.

¿Por qué? Las caries dentales en la infancia temprana se han convertido en la enfermedad crónica infantil más común. De hecho, los niños con problemas de salud bucal tienen TRES veces más probabilidades de faltar a la escuela debido al dolor dental.

Consejos para mantener la salud bucal de tu hijo:

- Los niños de 2 a 6 años deben **cepillarse los dientes dos veces al día** usando pasta dental con flúor con una cantidad del tamaño de un guisante. **Comienza a usar hilo dental** tan pronto como los dientes de tu hijo se toquen.
- **No le des a tu hijo leche ni jugo justo antes de acostarse.** El azúcar que queda en los dientes de tu hijo durante la noche puede provocar caries.
- Programa los **chequeos dentales de rutina** de tu hijo cada seis meses.

¿Sabías que el plan Medicaid o CHIP de tu hijo incluye beneficios dentales?

Visita [YourTexasBenefits.com](https://www.YourTexasBenefits.com) o llama al 2-1-1 para obtener más información sobre las opciones de cuidado dental de tu hijo.



## Miembros: ¡Recuerden completar la encuesta anual CAHPS!

El Comité Nacional para el Aseguramiento de la Calidad (NCQA, por sus siglas en inglés) requiere que los planes de salud, incluyendo Texas Children's Health Plan, se sometan a una encuesta anual de Evaluación del Consumidor de Proveedores y Sistemas del Cuidado de la Salud (CAHPS) como parte de los requisitos de acreditación del NCQA.

El propósito de la Encuesta CAHPS es conocer más acerca de la satisfacción de los miembros al recibir cuidado de salud de calidad.

La encuesta, enviada a través de un tercero, es completamente anónima y se envía al azar. **Por favor tenga en cuenta: Las encuestas se enviarán por correo, y no todos los miembros recibirán la encuesta. No te preocupes si no recibes una encuesta.**

Si recibes la encuesta, o ya la has recibido, asegúrate de completarla ya que los datos recopilados nos ayudarán a seguir mejorando nuestro método de cuidado.

## ¿Te llegó un paquete de renovación? ¡Responde rápido!

Casi todas las personas con cobertura de Medicaid deben renovar su plan cada año, así que mantente atento a tu correo postal y bandeja de entrada de correo electrónico para recibir un aviso de la Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas (HHSC).

¡Actúa rápidamente cuando recibas tu paquete de renovación de HHSC! Deberás enviar tu información a la HHSC incluso si nada ha cambiado. De lo contrario, podrías perder tu cobertura.

Inicia sesión en tu perfil en [YourTexasBenefits.com](https://www.YourTexasBenefits.com) para renovar en línea u obtener más información en [texaschildrenshealthplan.org/es](https://www.texaschildrenshealthplan.org/es).

## Eventos Para Miembros

¡Texas Children's Health Plan organiza muchos eventos familiares divertidos y GRATUITOS! Visita [texaschildrenshealthplan.org/es/eventos](https://www.texaschildrenshealthplan.org/es/eventos) para ver lo que se viene a continuación. ¡Te esperamos!

## Enlaces de utilidad

- [Encuentra un médico cerca de ti](#)
- [Recibe asistencia médica 24/7 a través de nuestra Línea de Enfermería](#)
- [¿Tienes preguntas? ¡Llámanos!](#)
- [Asistencia de transporte para una cita médica o para comprar medicinas](#)
- [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-2402-905

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](#).