

Early Periodic Screening Diagnostic and Treatment (EPSDT)

Special Edition Newsletter



In This Issue

- Primary Care Physician
- Screenings and Health Tips
- Tobacco Education
- Mental Health
- Dental Information
- Resources

Welcome to the Early Periodic Screening Diagnostic and Treatment (EPSDT) Newsletter.

At Arizona Complete Health-Complete Care Plan we understand how important your health care is to you and your family. We hope that you find the information included in this newsletter to be helpful, and assist you in helping to know your benefits and resources available to you.

We want to thank you for being a member of Arizona Complete Health-Complete Care Plan.



Covered services are funded under contract with AHCCCS.

Your First Stop for Care

A primary care physician (PCP) is the doctor to see when you need routine care, such as checkups, shots and screenings.

Your PCP can also help you when you are sick or have a minor injury. And your PCP will send you to specialists if needed. Your PCP's name and phone number are on the back of your Arizona Complete Health-Complete Care Plan card. To find a PCP that is right for you, call **1-888-788-4408** or **TTY/TDD 711**.

Call your PCP first when you need medical care. The emergency room (ER) is not for routine care. It is for serious illnesses and injuries.

When is it an emergency?

Reasons to go to the emergency room include:

- A head injury or other serious wound
- Chest pain
- Trouble breathing
- Bleeding that does not stop
- Loss of consciousness
- Drooping on one side of the face
- Weakness in an arm or leg
- Seizures
- Severe allergic reactions
- Major broken bones
- Coughing or vomiting blood
- Poisoning

To learn more about emergencies, visit www.emergencycareforyou.org

Sources; American College of Emergency Physicians

Your Child: Regular Health Checks Matter

If you're pregnant, you're probably seeing a lot of your doctor. And once your baby is born, it will be time for your little one to meet his or her own doctor.

This is the first of many checkups your child will need over the coming years. These well-child visits, also known as EPSDT visits, usually start within days of your baby's birth. They continue every few months until your child turns 2 years old.

Well-child visits occur less often – about once a year – as your child grows older. Even if your child was seen for a sports physical or at the Urgent Care, they should still have a well-child visit yearly.

These visits include a physical exam. You can also expect your doctor to:

- Check your child's height and weight
- Test your child's hearing and vision
- Give your child any shots he or she needs
- Talk about issues like safety and sleep

Well-child visits also are a good time for you to ask any questions you might have.

If your baby ever seems ill, don't wait for the next well-child visit. Call your doctor right away.

Sources: American Academy of Pediatrics; National Institutes of Health

Keep Your Child Safe with Vaccines

You can keep your child from getting really sick when your child gets the right shots at the right time. The best way to protect newborns is for people around them to get the flu shot and for mothers to breastfeed their newborns.

Vaccines have been saving children's lives for many decades. They are safe, and they work. Altogether, they can help prevent 16 different diseases. Most vaccines are given by shots. So talk to your child's doctor about what shots to get at these ages:

Questions?
888-788-4408
Member Services
can help

- Birth
- 1 to 2 months
- 4 months
- 6 months
- 12 to 18 months
- 2 to 3 years
- 4 to 6 years
- 11 to 12 years
- 13 to 18 years

Children get vaccines at checkups. So make sure your child has every checkup the doctor advises.

Sources: American Academy of Pediatrics, Centers for Disease Control and Prevention

Pregnant? Get Tested for HIV/AIDS

Did you know HIV can be passed from mother to child anytime during pregnancy, childbirth and breastfeeding? There is good news:

For a woman with HIV, the risk of transmitting HIV to her baby can be reduced to 1% or less if she:

- Takes HIV medicine daily as prescribed throughout pregnancy and childbirth.
- Gives HIV medicine to her baby for 4-6 weeks after giving birth.
- Does NOT breastfeed or pre-chew her baby's food.

You can learn more by visiting

<https://www.cdc.gov/hiv/pdf/group/gender/pregnantwomen/cdc-hiv-pregnant-women.pdf>

or call 1-800-CDC-INFO.

Sources: National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB Prevention, Division of HIV/AIDS Prevention, Centers for Disease Control

Children and Weight: *Keep them Healthy*

Many children in this country weigh too much. And children who are overweight or obese can get high blood pressure, high cholesterol or diabetes.

Prevention and protection:

Try these 4 tips to keep your children healthy:

1. Buy healthy foods. Good choices include fruits, vegetables, whole grains, lean meat, poultry and fish. After age 2, use low fat milk.

2. Limit screen time. Set limits on how long your children spend watching TV, using the computer and playing video games. Aim for 2 hours a day or less.

3. Move more. Children need about 60 minutes of physical activity every day.

4. Set a good example. Children learn by watching what adults do, so make sure you get plenty of exercise and make health food choices.

Sources: Academy of Nutrition and Dietetics; National Institutes of Health.



Questions?

888-788-4408

Member Services
can help

Early Periodic Screening Diagnostic and Treatment (EPSDT)

You and your health are important to Arizona Complete Health-Complete Care Plan! Below are services available to you. These services are recommended either once or twice a year. Get checked today!

What is the Arizona Health Care Cost Containment System (AHCCCS) EPSDT Program?

EPSDT is a comprehensive child health program for member's age; from birth - 21 years. The EPSDT visit is the same as a Well Child Visit. It includes both medical and dental services.

Early – Finding problems early

Periodic – Checking members' health at regular well visits

Screening – Offering physical, mental, dental, hearing, vision, and other well checks

Diagnostic – Run tests when a problem is found

Treatment – Treat, fix or reduce health problems

MEDICAL guidelines require a Well Child Visit once per year (more frequent visits are recommended prior to 2 years) with a Primary Care Provider.

Screening services include:

- Health and growth history
- Unclothed physical exam
- Review diet and nutrition
- Development assessment and mental health screening
- Dental Screening
- Vision testing
- Hearing and Speech
- Evaluate for vaccines as appropriate for age and health history
- Laboratory testing
- Tobacco/substance use, abuse, and/or dependency

- Referral for additional services if needed for further diagnosis and treatment services

DENTAL guidelines require a Dental Visit twice per year. Dental Visits include the following:

- Examination of the mouth
- X-Rays
- Check for cavities
- Evaluate the need for extra fluoride (Fluoride helps prevent cavities)
- Check oral hygiene (go over brushing and flossing if needed)
- Evaluate diet and nutrition
- Counseling for non-nutritive habits
- Counseling for injury prevention
- Substance abuse counseling
- Counseling for piercings in and/or around the mouth
- Evaluate for dental sealants (sealants are a protective coating applied to the tooth)
- Cleaning and apply fluoride to teeth

Call your doctor and dentist to schedule your visit today! If you are in need of transportation to your appointment, Arizona Complete Health-Complete Care Plan can provide that to you at no cost. For questions, call Arizona Complete Health-Complete Care Plan Customer Service at 1-888-788-4408 or TTY/TDD 711.



Know Your Numbers Body Mass Index (BMI)

Being overweight or obese could lead to:

- Heart disease
- Stroke
- Breathing problems
- High blood pressure
- High blood glucose (sugar)
- High LDL (bad) cholesterol and low HDL (good) cholesterol
- Increased risk of developing type 2 diabetes
- Body pain

What can I do?

- Get regular physical activity
- Stop smoking or using tobacco products. Medications are available to help you quit smoking.
- Eat fruits and vegetables at every meal
- Talk to your doctor about losing weight

To learn more about healthy eating and active living, get the **Fit Families for Life-Be In Charge!** home edition. To get a copy at no cost to you, call us at **1-800-804-6074**.

Source: www.cdc.gov

If your BMI is:

Less than 18.5	Underweight
Between 18.5 and 25	Normal weight
Between 25 and 29.9	Overweight
30 or more	Obese

Your doctor can help you to find your BMI.

Want to calculate your own BMI? Visit:
https://www.nhlbi.nih.gov/health/educational/lose_wt/BMI/bmicalc.htm

Questions?

888-788-4408

Member Services
can help

Did you know Arizona Complete Health-Complete Care Plan has a Nurse Advice Line? It is available 24 hours a day, 7 days a week for our members. You can call anytime to get help from a nurse or if you have questions about your health. To speak to a nurse, please call 866-534-5963.



My Health Pays™ Rewards Program

GET REWARDED FOR FOCUSING ON YOUR HEALTH!

Earn My Health Pays™ rewards when you complete healthy activities like a yearly wellness exam, annual screenings, tests and other ways to protect your health.

Use your My Health Pays rewards to help pay for:

- Utilities
- Transportation
- Telecommunications
- Childcare services
- Education
- Rent

Or, you can use them to:

- Shop at Walmart for everyday items**

**This card may not be used to buy alcohol, tobacco or firearms products.

Take healthy steps to earn My Health Pays™ rewards.

Members can earn up to three rewards each year (\$75 annual maximum).

Contact Member Services to find out more about the My Health Pays™ Rewards Program at 888-788-4408 or TTY/TDY 711.

You can also find more information at:

<https://www.azcompletehealth.com/members/medicaid/benefits-services/healthy-rewards-program.html>

Questions?

888-788-4408

Member Services
can help



**EARNING REWARDS FOR
HEALTHY ACTIVITIES.**

It's all part of my plan.

Stay Safe from Lead Poisoning

Lead can damage the brain and nervous system. It can also cause behavioral problems, learning problems, hearing problems, headaches and it can slow growth. Unborn children and children under 6 years old are most at risk.

If your house was built before 1978, lead may be found in your home's paint but it can also be found in soil or water pipes.

Protect your baby and your children from lead by:

- Keeping away from chipped paint
- Not letting them play in bare soil
- Washing hands and toys often
- Making sure you and your children get enough iron, calcium and vitamin C
- Running water for 15 to 30 seconds before drinking
- Drinking and cooking with cold water
- Avoid dishes with decorative painting

To learn more, talk to your child's doctor. He or she will give your child a blood lead test at 1 and 2 years old. If you are pregnant, talk to your prenatal care doctor about lead and how to avoid it.



To see if you live in a high risk area or to learn more, visit

<https://www.azdhs.gov/preparedness/epidemiology-disease-control/lead-poisoning/index.php>

For more information regarding lead poisoning in children, visit:

<https://azdhs.gov/documents/preparedness/epidemiology-disease-control/lead-poisoning/poisoning-flyer.pdf>

You can also view the flyer on the next page.

Source: Centers for Disease Control and Prevention

Tobacco Education and Prevention

If you are thinking about quitting smoking, we can help you. There are programs to help you stop smoking through the Arizona Department of Health Services (ADHS).

- You can get free coaching from the **Arizona Smokers' Helpline (ASHLine)** at 1-800-556-6222.
- You can go online at **www.ashline.org**.
- Medications are also available to help you quit smoking.
- You can get help making a plan to quit at: <https://www.azdhs.gov/preparedness/epidemiology-disease-control/smoke-free-arizona/index.php>

Childhood Lead Poisoning

 Children can get lead poisoning by breathing in or swallowing dust that contains lead.

 Even at low levels, lead can cause irreversible damage to hearing, growth, and development.

For more information contact our Childhood Lead Poisoning Prevention Program at 602-364-3118 azhealth.gov/lead

Sources of Lead

Identify and remove sources of lead from your home.

Home



Lead can be in paint in old homes built before 1978.

- Chipped paint
- Old furniture and toys
- Dirt
- Play or costume jewelry
- Pewter
- Crystal glassware

Imported Goods



Items brought back from other countries may contain lead.

- Glazed pottery
- Asian, Hispanic, Indian spices
- Mexican candy (tamarindo and chili)

Home Remedies



Some home remedies may contain lead. These remedies are typically red or orange powders.

- Traditional and folk remedies (Greta, Azarcón, Pay-loo-ah)

Beauty Products



Imported beauty products from Asia, India, and Africa may contain lead.

- Sindoor, Khol, Kajal, Surma



Jobs

Jobs such as car repair, mining, construction, and plumbing may increase your exposure to lead. Lead dust can be brought into the home on your skin, clothes, shoes, or other items you bring home from work.

- Car batteries
- Scrap metal/parts
- Ammunition

Hobbies



Certain hobbies increase your risk of coming in contact with lead.

- Hunting (lead bullets)
- Fishing (lead sinkers)
- Artist paints
- Refinished furniture

Travel



Traveling outside the U.S. may increase your risk of coming in contact with lead-based items.

- Souvenirs
- Toys
- Spices or food
- Jewelry

Cleaning

Keep lead dirt and dust out of your home with these helpful tips.



Wash hands



Keep shoes outside



Mop & wet wipe



Use a vacuum with a HEPA filter

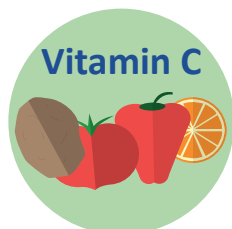


Wash toys

 Avoid:
Sweeping
Dry dusting
Beating rugs

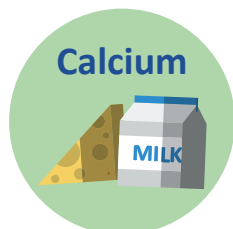
Nutrition

These foods can help lower your child's lead level.



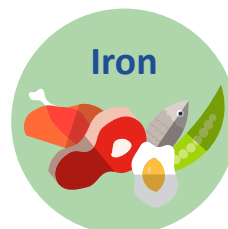
Vitamin C

Tomatoes
Strawberries
Oranges
Potatoes



Calcium

Milk
Cheese
Yogurt



Iron

Chicken
Steak
Fish
Peas
Eggs


ADHS

Talk to Your Teen

You may wonder if talking to teens is worth the effort. It may seem like your words go in one ear and right out the other.

But your kids are listening. And talking to them about important issues is one of the best ways to guide them through these years leading to adulthood.

Teens face a lot of pressure. They may be dealing with risky behaviors, personally and with their peers, such as:

- Bullying
- Self-injury
- Alcohol and illegal substance use

Talk to your teen about these kinds of problems. Share your family values with them.

At the same time, be open and don't judge. Let your child know that you will listen to whatever he or she has to say. And together, you can come up with ideas for making good choices.

As a parent, also be alert for signs your teen is having problems. You might notice:

- A sudden drop in grades
- Loss of interest in school and activities
- Unexplained bruises, cuts or other injuries
- Sleeping much more than usual
- Sudden weight loss
- Extreme moodiness or anger
- Feelings of worthlessness or hopelessness

If you think your teen needs help, talk to your child, and talk to his or her doctor too. It might also help if your teen can talk to his or her doctor privately.

Don't forget, teens need shots too. Make sure your teen sees the doctor for more than shots. The doctor wants to talk to your teen about bullying, injury and suicide prevention, risky sexual behavior, and violence. You can learn more about vaccines online.

Source: American Academy of Pediatrics, National Institutes of Health

Signs of Depression

Everyone feels sad sometimes. But it usually fades after a few days. Depression is more serious. But almost everyone who has it can get better.

Who is at risk? Anyone can get depression. It is a common illness. You may be depressed if you have 5 or more of these signs for 2 weeks or more:

- Feeling hopeless
- Lost interest in things you used to enjoy
- Sleeping too much or too little
- Eating too much or too little
- Feeling tired or helpless
- Trouble with your memory
- Thoughts of death or suicide

If you think you might have depression, tell your doctor.

Medicines and counseling can help. You can get help for depression or other behavioral health problems through Arizona Complete Health-Complete Care Plan. Call Member Services at **1-888-788-4408 or TTY/TDD 711.**



Mental Health Drugs: *Stay in Touch with Your Doctor*

Are you on antipsychotic medicine?

The older antipsychotic drugs are called typicals. The new drugs are called atypicals. No matter which type you are taking, you'll want to check in with your doctor regularly to talk about how you're doing.

Here are some important questions to ask your doctor when you are prescribed an antipsychotic drug:

- What are the benefits of this drug?
- How long will it take to start working?
- What are the side effects of taking this medicine? Are any of them serious?
- Will I need to take any blood tests while on this drug? How often?
- Is it OK to get pregnant while I'm taking this drug?
- What should I do if I don't think the drug is working?
- How often should I check in with you about how I'm doing?

And for safety's sake, don't stop taking a drug without talking to your doctor first.

Sources: Agency for Healthcare Research and Quality; National Institute of Mental Health

Questions?

888-788-4408

**Member Services
can help**

Confidential Behavioral Health Crisis Services

Crisis services offers immediate and confidential help 24 hours a day, 7 days a week, 365 days a year. Crisis services are available to anyone in the community experiencing a behavioral health crisis. Insurance coverage or enrollment does not matter.

If you live in Cochise, Graham, Greenlee, La Paz, Pima, Pinal, Santa Cruz, Yuma

Counties or on the San Carlos Apache Reservation: **1-866-495-6735**

If you live in Maricopa County: **1-602-222-9444 or 1-800-631-1314**

If you live in Gila County: **1-877-756-4090**

If you live in the Tohono O'Odham Nation: **1-844-423-8759**



Asthma: Have a plan

The best way to manage your asthma is with an asthma action plan. Ask your doctor about one.

Your plan is written just for you. It tells you what to do when your asthma acts up and when you need medical help right away.

Easy to use

Action plans often use 3 color-coded zones. In general:

Green – You are doing well.

Yellow – You are starting to have symptoms.

Red – Your symptoms are getting much worse.

For instance, if you start to have symptoms, that is the yellow zone. Your plan might tell you how much medicine to take and when to take it.

Take your medicine as your doctor tells you. There are 2 types of medicines: rescue and control. Rescue medicines help relieve symptoms right away. Control medicines help prevent them. So it is important to take your control medicines even when you feel fine.

To learn more about the Arizona Complete Health-Complete Care Plan Disease Management Program, call 1-800-893-5597.

Sources: American Academy of Allergy, Asthma & Immunology; American Lung Association



Healthy Smiles, Healthy Children

Healthy teeth and gums help children speak and eat. And a healthy mouth is linked to better overall health. That is why it is so important that children get good dental care. It is simple:

1. Find a dental home. This is a dentist office you can turn to for all your child's dental needs. Your child can see the dentist before age 1 or when the first tooth appears. To find a dentist that is right for your child, call us at 1-888-788-4408.

2. Get regular preventive care twice per year. Dentists aren't only for help when there is trouble. They also give regular cleanings and check-ups that may help prevent problems.

3. Stop dental decay at home. Make sure your children brush their teeth twice a day with fluoride toothpaste. Also be sure they floss every day and eat healthy foods. Set a good example by doing these things yourself.

4. Be sure to ask the dentist about a mouth guard if your child plays sports. It will protect teeth from being knocked out or damaged.

5. Start early with younger children. Limit sugary foods, Taki's, Hot Cheetos. Also limit drinks like sodas, energy drinks and Gatorade. Avoid putting sugary drinks in a bottle or sippy cup. Make sure you only put water in the bottle used at night.

6. Ask your dentist about fluoride varnish. It can be applied to your child's teeth to make them stronger.

Sources: American Dental Association; Centers for Disease Control and Prevention; Az Department of Health Services.

Fluoride Varnish – It's not just for Dentists!

Primary Care Providers (PCP's) may recommend fluoride varnish. It can be applied to your child's teeth as early as 6 months. The PCP can apply fluoride twice per year until a child is 2 years old. Fluoride helps make teeth stronger. It makes them more cavity resistant.

Arizona Dental Statistic

According to the Arizona Department of Health Services

"Arizona children on average have 5 teeth affected by tooth decay (cavities)"

Dental Sealants Safe, Effective, covered by Insurance

THE JOURNAL OF THE AMERICAN DENTAL ASSOCIATION REPORTS

"Sealants on permanent molars reduce the risk of cavities by 80%"

Sealants are easy and painless. A sealant is a thin plastic coating. It is put on the chewing surface of the tooth. And covers the grooves that catch food and germs. The sealant protects where the toothbrush can't clean. A special light is used to harden it. And make it stick to the tooth. Sealants can protect the tooth for a long time.

What is the best time to get sealants?

Sealants are recommended when the permanent molars first come in. Generally permanent molars come in around the 2nd and 6th grade.

Does my child's insurance pay for sealants?

Yes, sealants are a covered dental benefit for member's age 3 to 15 years.

Talk to your child's dentist about sealants. And if your child would benefit from them.

Sources: American Dental Association

Community Resources for Families

Poison and Drug Information Center

The Poison and Drug Information Center provides information on dangers of medications, plants, bites, and stings. Help with first aid for poisoning. To learn more, call **(800) 222-1222** or visit www.aapcc.org.

WIC Women, Infants and Children

WIC is a no cost nutrition and breastfeeding program and offers advice on choosing healthy foods while pregnant. WIC serves pregnant, breastfeeding, and postpartum women, infants and children under the age of five who are determined to be at nutritional risk. To learn more, call **(800) 252-5942** or visit <http://azdhs.gov/prevention/azwic/>

Vaccines for Children (VFC) Program

The Vaccines for Children (VFC) Program is a federally funded program that provides vaccines at no cost to children who might not otherwise be vaccinated because of inability to pay. If you have questions, please contact the Arizona VFC Program at **(602) 364-3642**.

Head Start

Head Start is for children up to 5 years old and pregnant women from low-income families. Head Start helps prepare kids for school. It covers areas such as health, education and social needs. To learn more, call **(602)-338-0449** or visit www.azheadstart.org

Arizona Early Intervention Program (AZEIP)

AZEIP provides eligible children and their family's access to services to enhance the capacity of families and caregivers to support the child's development. AZEIP services aim to help improve children's growth and development. To learn more, call **(602) 532-9960** or visit www.azdes.gov/azeip

Children's Rehabilitation Services (CRS)

CRS is for children and young adults up to 21 years old with certain health conditions and health care needs. CRS helps with medical treatments and support services. To learn

more, call **(602) 417-4000** or **1-(800) 654-8713** or visit <https://www.azahcccs.gov/AHCCCS/initiatives/CareCoordination/CRS.html>

Family Resource Centers

There are First Things First Family Resource Centers all over Maricopa County that serve families with children ages 0 to 5 years old. The Family Resource Centers have programs to help you:

- Build your child's language and reading skills
- Support your family's health and nutrition
- Connect to other community resources

To find the Family Resource Center nearest to you, visit www.familyresourceaz.org

Mentally Ill Kids in Distress (MIKID)

Mentally Ill Kids in Distress offers mental health services to youth and offers support services for their families. For more information visit <http://www.mikid.org/>

First Things First

First Things First partners with families and communities to support the healthy development and learning of Arizona's young children. To learn more visit www.firstthingsfirst.org

Arizona Complete Health-Complete Care Plan Contact Information

Member Services
1-888-788-4408

Nurse Advice Line
1-800-893-5597

Website: www.azcompletehealth.com/completecure

Questions?

888-788-4408

Member Services
can help

azcompletehealth.com/completecare

Servicio de Detección, Diagnóstico y Tratamiento Temprano y Periódico (EPSDT) Boletín de edición especial



En este número

- Médico de atención primaria
- Exploraciones y sugerencias de salud
- Educación sobre el tabaco
- Salud mental
- Información sobre salud dental
- Recursos

Bienvenido al Boletín de Detección, Diagnóstico y Tratamiento Temprano y Periódico.

En Arizona Complete Health-Complete Care Plan comprendemos la importancia que tiene la atención médica para usted y su familia. Esperamos que la información incluida en este boletín le resulte útil y lo ayude a conocer sus beneficios y recursos disponibles.

Deseamos agradecerle por ser afiliado de Arizona Complete Health-Complete Care Plan.

Arizona Complete Health-Complete Care Plan



Los servicios cubiertos se financian conforme a un contrato con AHCCCS.

Su primer recurso para la atención médica

Un médico de atención primaria (PCP) es el médico al que consulta cuando necesita cuidados de rutina, como chequeos, inyecciones y exploraciones.

Su PCP también puede ayudarlo si está enfermo o tiene una lesión menor. Y, si es necesario, su PCP lo derivará a especialistas. El nombre y número de teléfono de su PCP figuran en el reverso de su tarjeta de Arizona Complete Health-Complete Care Plan. Para encontrar un PCP adecuado para usted, llame al **1-888-788-4408 o TTY/TDD 711**.

Llame a su PCP en primer lugar si necesita atención médica. La sala de emergencias (ER) no está destinada a atención de rutina. Está destinada a enfermedades y lesiones graves.

¿Cuándo se trata de una emergencia?

Los motivos para visitar la sala de emergencias incluyen:

- Lesión en la cabeza u otra herida grave.
- Dolor en el pecho.
- Problemas para respirar.
- Sangrado que no se detiene.
- Pérdida de la consciencia.
- Parálisis de un lado del rostro.
- Debilidad en un brazo o pierna.
- Convulsiones.
- Reacciones alérgicas graves.
- Fracturas de huesos importantes.
- Tos o vómito con sangre.
- Intoxicación.

Para obtener más información sobre las emergencias, visite www.emergencycareforyou.org

Fuentes: American College of Emergency Physicians (Colegio de Médicos de Emergencia de EE. UU.)

Su hijo: Los chequeos periódicos de salud son importantes

Si está embarazada, probablemente consulte a su médico con gran frecuencia. Y una vez que nazca el bebé, será el momento para que el pequeño conozca a su propio médico.

Es el primero de los numerosos chequeos que su hijo necesitará en los próximos años. Estas revisiones médicas, también conocidas como visitas de EPSDT, habitualmente comienzan a los pocos días del nacimiento de su bebé. Continúan cada unos pocos meses hasta que su hijo cumple dos años. Incluso si su hijo fue atendido para una revisión deportiva o en atención urgente, aún debe someterse a una revisión médica una vez al año.

Las revisiones médicas se realizan con menor frecuencia, alrededor de una vez al año, a medida que su hijo crece.

Estas visitas pueden incluir un examen físico. También puede esperar que su médico:

- Compruebe la estatura y el peso de su hijo.
- Controle la audición y visión de su hijo.
- Administre a su hijo las vacunas que necesite.
- Mencione cuestiones como la seguridad y el sueño.

Las revisiones médicas también son un buen momento para formular las preguntas que pueda tener.

Si su bebé en algún momento parece estar enfermo, no espere hasta la siguiente revisión médica. Llame a su médico de inmediato.

Fuentes: American Academy of Pediatrics (Academia Estadounidense de Pediatría); National Institutes of Health (Instituto Nacional de Salud)

Mantenga a su hijo a salvo con las vacunas

Puede evitar que su hijo se enferme seriamente si recibe las vacunas correctas en el momento adecuado. La mejor manera de proteger a los recién nacidos es que las personas a su alrededor se vacunen contra la gripe y que las madres amamenten a sus recién nacidos.

Las vacunas han salvado las vidas de los niños durante muchas décadas. Son seguras y funcionan. En conjunto, pueden ayudar a prevenir 16 enfermedades diferentes.

La mayoría de las vacunas se administran mediante una inyección. Consulte con el médico de su hijo qué inyecciones debe recibir en estas edades:

¿Tiene preguntas?

888-788-4408

**Servicios para afiliados
puede ayudarlo**

- Nacimiento
- 1 a 2 meses de edad
- 4 meses de edad
- 6 meses de edad
- 12 a 18 meses de edad
- 2 a 3 años de edad
- 4 a 6 años de edad
- 11 a 12 años de edad
- 13 a 18 años de edad

Los niños reciben las vacunas en los chequeos. Entonces, asegúrese de que su hijo reciba todos los chequeos recomendados por el médico.

Fuentes: Asociación Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics), Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention)

¿Está embarazada? Tome una prueba de VIH/SIDA

¿Sabía que el VIH se puede transmitir de la madre al hijo en cualquier momento durante el embarazo, el nacimiento y la lactancia?

Tenemos buenas noticias:

Para una mujer con VIH, el riesgo de transmitir el VIH a su bebé puede reducirse al 1 % o menos si:

- Toma medicamentos contra el VIH diariamente según las indicaciones durante el embarazo y el parto.
- Administra medicamentos contra el VIH a su bebé durante 4-6 semanas después del parto.
- NO amamanta ni mastica previamente los alimentos de su bebé.

Para obtener más información, visite

<https://www.cdc.gov/hiv/pdf/group/gender/pregnantwomen/cdc-hiv-pregnant-women.pdf>

o llame al 1-800-CDC-INFO.

Fuentes: Centro Nacional para la Prevención del VIH/SIDA, Hepatitis viral, ETS y Tuberculosis (National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB Prevention), División de Prevención del VIH/SIDA (Division of HIV/AIDS Prevention), Centro para el Control de Enfermedades (Centers for Disease Control)

Los niños y el peso

Manténgalos saludables

Muchos niños en este país tienen un peso demasiado elevado. Y los niños con sobrepeso o los niños obesos pueden tener presión arterial alta, colesterol alto o diabetes.

Prevención y protección:

Pruebe estas 4 sugerencias para mantener saludables a sus hijos:

1. Compre alimentos saludables. Las buenas elecciones incluyen frutas y verduras; granos integrales y carnes magras, aves y pescado. Después de los 2 años, utilice leche con bajo contenido de grasa.

2. Limite el tiempo frente a las pantallas. Establezca límites sobre cuánto tiempo pasan sus hijos mirando televisión, usando la computadora y jugando videojuegos. Establezca un objetivo de 2 horas al día o menos.

3. Aumente el movimiento. Los niños necesitan unos 60 minutos de actividad física todos los días.

4. Establezca un buen ejemplo. Los niños aprenden observando lo que hacen los adultos. Entonces, asegúrese de realizar mucho ejercicio y elegir alimentos saludables.

Fuentes: Academia de Nutrición y Dietética (Academy of Nutrition and Dietetics); Instituto Nacional de Salud (National Institutes of Health).



¿Tiene preguntas?

888-788-4408

Servicios para afiliados
puede ayudarlo

Servicio de Detección, Diagnóstico y Tratamiento Temprano y Periódico (EPSDT)

¡Usted y su salud son importantes para Arizona Complete Health-Complete Care Plan! A continuación se indican los servicios disponibles. Le recomendamos que haga uso de estos servicios una o dos veces al año. ¡Acuda hoy mismo a un chequeo!

¿Qué es el programa EPSDT del Sistema de Restricción de Costos de Atención de Salud de Arizona (AHCCCS)?

EPSDT es un programa integral de salud infantil para afiliados desde el nacimiento hasta los 21 años. La visita EPSDT es similar a las revisiones médicas infantiles. Incluye servicios médicos y dentales.

Temprano – Detecta problemas cuanto antes.

Periódico – Asegura la salud de los afiliados con revisiones médicas regulares.

Exploraciones – Ofrece exploraciones físicas, mentales, dentales, auditivas, visuales y otros chequeos médicos.

Diagnóstico – Se realizan pruebas cuando se detecta un problema.

Tratamiento – Trata, soluciona o disminuye los problemas de salud.

Los lineamientos **MÉDICOS** requieren una revisión médica una vez al año (se recomiendan visitas más frecuentes antes de los 2 años) con un médico de atención primaria.

Los servicios de detección preventiva incluyen:

- Historial de salud y crecimiento
- Examen físico sin ropa
- Revisión de la dieta y la nutrición
- Evaluación del desarrollo y exploración de salud mental
- Exploración dental
- Prueba de visión
- Audición y habla
- Revisión de las vacunas según la edad y el historial de salud
- Pruebas de laboratorio

- Asesoramiento sobre consumo de tabaco y abuso o dependencia de sustancias
- Remisión a servicios adicionales para un diagnóstico y tratamiento avanzado (en el caso de que sea necesario)

Los lineamientos **DENTALES** exigen una visita al dentista dos veces al año.

Las visitas al dentista incluyen:

- Examen de la boca
- Radiografías
- Chequeo de caries
- Evaluación de la necesidad de flúor adicional (el flúor previene las caries)
- Chequeo de la higiene oral (quizá necesite ir más allá del cepillado y el hilo dental)
- Evaluación de la dieta y la nutrición
- Asesoramiento para hábitos no nutritivos
- Asesoramiento para la prevención de lesiones
- Asesoramiento sobre el abuso de sustancias
- Asesoramiento sobre piercings en la boca o a su alrededor
- Evaluación de sellantes dentales (los sellantes son una capa protectora que se aplica a los dientes)
- Aplicación de flúor y limpieza de los dientes

Llame a su doctor y dentista para programar una visita hoy mismo. Si necesita transporte para asistir a su cita, Arizona Complete Health-Complete Care Plan puede proporcionárselo gratuitamente. Si tiene preguntas, llame al Departamento de Servicio al Cliente de Arizona Complete Health-Complete Care Plan al 1-888-788-4408 o TTY/TDD 711.



Conozca sus niveles Índice de masa corporal (IMC)

El sobrepeso o la obesidad pueden provocar:

- Cardiopatía
- Ictus
- Problemas respiratorios
- Tensión arterial alta
- Nivel alto de glucosa en sangre (azúcar)
- Nivel alto del colesterol LDL (malo) y nivel bajo del colesterol HDL (bueno)
- Aumento del riesgo de desarrollar diabetes tipo 2
- Dolor corporal

¿Qué puedo hacer?

- Realizar actividad física con regularidad.
- Dejar de fumar o usar productos con tabaco. Existen medicamentos disponibles para ayudarlo a dejar de fumar.
- Comer frutas y verduras en cada comida.
- Hablar con su médico sobre perder peso

Para obtener más información sobre alimentación saludable y vida activa, obtenga la edición hogareña de **Fit Families for Life-Be In Charge!** Para obtener una copia sin costo, llámenos al **1-800-804-6074**.

Fuente: www.cdc.gov

Si su IMC es:

Menor que 18.5

Entre 18.5 y 25
Entre 25 y 29.9
30 o más

Por debajo del
peso apropiado
Peso normal
Sobrepeso
Obesidad

**Su médico puede ayudarlo
a averiguar su IMC.**

¿Desea calcular su IMC? Visite:

https://www.nhlbi.nih.gov/health/educational/lose_wt/BMI/bmicalc.htm

¿Tiene preguntas?

888-788-4408

Servicios para afiliados
puede ayudarlo

¿Sabía que Arizona Complete Health-Complete Care Plan tiene una línea de asesoría de enfermería? Está disponible 24 horas al día, 7 días a la semana para nuestros afiliados. Puede llamar en cualquier momento para recibir asistencia de una enfermera o si tuviera alguna duda sobre su salud. Para hablar con una enfermera, llame al 866-534-5963.



Programa de recompensas My Health Pays™

¡OBTENGA RECOMPENSAS POR ENFOCARSE EN SU SALUD!

Obtenga recompensas de My Health Pays™ cuando realice actividades saludables como una revisión médica anual, exploraciones anuales, pruebas y otras formas de proteger su salud.

Use las recompensas de My Health Pays para ayudar a pagar:

- Servicios públicos
- Transporte
- Telecomunicaciones
- Servicios de cuidado de niños
- Educación
- Renta

O puede usarlas para:

- Comprar en Walmart artículos cotidianos**

¿Tiene preguntas?

888-788-4408

Servicios para afiliados
puede ayudarlo

**Esta tarjeta no se puede usar para comprar productos con alcohol, tabaco o armas de fuego.

Tome pasos saludables para obtener más recompensas de My Health Pays™.

Los afiliados pueden obtener hasta tres recompensas cada año (\$75 como máximo anual).

Contacte a los Servicios para afiliados para obtener más información sobre el Programa de Recompensas My Health Pays™ al 888-788-4408 o TTY/TDY 711.

También puede encontrar más información en:

<https://www.azcompletehealth.com/members/medicaid/benefits-services/healthy-rewards-program.html>



**GANAR RECOMPENSAS POR REALIZAR
ACTIVIDADES SALUDABLES.**

Todo esto forma parte de mi plan.

Manténgase a salvo de la intoxicación con plomo

El plomo puede dañar el cerebro y el sistema nervioso. También puede causar problemas de comportamiento y aprendizaje, problemas de audición y dolores de cabeza, y puede retardar el crecimiento. Los niños por nacer y los niños menores de 6 años conllevan mayor riesgo.

Si su vivienda fue construida antes de 1978, el plomo se puede encontrar en la pintura de su casa, pero también en el suelo o en las tuberías de agua.

Proteja a su bebé y a sus niños contra el plomo de la siguiente forma:

- Aléjese de la pintura levantada.
- No les permita jugar directamente sobre la tierra.
- Lave las manos y los juguetes con frecuencia.
- Asegúrese que usted y sus hijos reciben suficiente hierro, calcio y vitamina C.
- Haga correr el agua de 15 a 30 segundos antes de beberla.
- Beba y cocine con agua fría.
- Evite los platos con pintura decorativa.



Para obtener más información, consulte con el médico de su hijo. Indicará un análisis de plomo en sangre para su hijo cuando cumpla 1 y 2 años. Si está embarazada, hable con su médico de atención prenatal sobre el plomo y cómo evitarlo.

Para saber si vive en un área de alto riesgo o para obtener más información, visite

<https://www.azdhs.gov/preparedness/epidemiology-disease-control/lead-poisoning/index.php>

Para obtener más información sobre la intoxicación con plomo en niños, visite:

<https://azdhs.gov/documents/preparedness/epidemiology-disease-control/lead-poisoning/poisoning-flyer.pdf>

También puede consultar el folleto en la página siguiente.

Fuente: Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention)

Educación sobre el tabaco y prevención

Si está pensando en dejar de fumar, podemos ayudarlo. Existen programas para ayudarlo a dejar de fumar a través del Departamento de Servicios de Salud de Arizona (ADHS).

- Puede obtener orientación de la **línea de ayuda para fumadores de Arizona (ASHLine)** comunicándose al **1-800-556-6222**.
- O puede visitar el sitio web **www.ashline.org**.
- También existen medicamentos para ayudarlo a dejar de fumar.
- Puede obtener ayuda para idear un plan para dejar de fumar en: <https://www.azdhs.gov/preparedness/epidemiology-disease-control/smoke-free-arizona/index.php>

Envenenamiento por Plomo en los Niños

 Los niños se pueden envenenar con plomo al respirar o tragar polvo que contenga plomo.

 Incluso en niveles bajos, el plomo puede causar daños irreversibles a la audición, el crecimiento y el desarrollo de los niños

Para más información comuníquese al Programa de Prevención de Envenenamiento por Plomo en los Niños, en la Oficina de Salud Ambiental al 602-364-3118 azhealth.gov/lead

Procedencia del Plomo

Identifique y elimine el origen o fuente del plomo.

Hogar



El plomo puede estar en la pintura de casas antiguas construidas antes de 1978.

- Pintura descascarada
- Muebles y juguetes antiguos
- Tierra
- Joyería de fantasía o bisutería
- Peltre
- Cristal

Objetos Importados



Los artículos traídos de otros países pueden contener plomo.

- Cerámica esmaltada
- Especias asiáticas, hispanas e indias
- Dulces mexicanos (con chile o tamarindo)

Remedios Caseros



Algunos remedios caseros pueden contener plomo. Estos remedios regularmente son polvos de color rojo o naranja.

- Remedios tradicionales y populares (Greta, Azarcón y Pay-loo-ah)

Productos de Belleza



Algunos productos de belleza importados de Asia, India, y África pueden contener plomo.

- Sindoor, Khol, Kajal, Surma

Trabajos



Los trabajos como reparación de autos, minería, construcción y plomería pueden aumentar su exposición al plomo. Se puede traer polvo de plomo a casa en su piel, ropa, zapatos u otros artículos traídos del trabajo.

- Baterías de auto
- Trozos/piezas de metal
- Municiones

Pasatiempos



Ciertos pasatiempos aumentan su riesgo de hacer contacto con plomo.

- Cacería (balas de plomo)
- Pesca (pesas de plomo)
- Pinturas de artistas
- Muebles renovados

Viajes



El viajar fuera de los Estados Unidos puede aumentar el riesgo de hacer contacto con productos con base de plomo.

- Recuerdos
- Juguetes
- Especias o alimentos
- Joyería

Limpieza

Mantenga los restos y el polvo de plomo fuera de su hogar con estos consejos útiles.



Lávese las manos



Deje los zapatos afuera



Trapee y limpie con trapo húmedo



Use aspirador a con un filtro HEPA

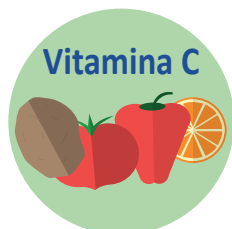


Lave los juguetes

 Evite: Barrer, Sacudir tapetes, Desempolvar en seco

Nutrición

Estos alimentos pueden ayudar a disminuir los niveles de plomo en sus niños.



Vitamina C

Tomates
Fresas
Naranjas
Papas



Calcio

Leche
Queso
Yogur



Hierro

Pollo
Bistec
Pescado
Chícharos
Huevos


ADHS

Hable con su adolescente

Quizás se pregunte si vale la pena hablar con los adolescentes. Puede parecer que sus palabras entran por un oído y salen por el otro.

Pero los niños escuchan. Y hablar con ellos sobre temas importantes es una de las mejores maneras de guiarlos durante estos años hasta llegar a la edad adulta.

Los adolescentes enfrentan mucha presión. Pueden estar enfrentando conductas de riesgo, personalmente y con sus pares, como:

- Hostigamiento.
- Lesiones autoinflingidas.
- Consumo de alcohol y sustancias ilegales.

Hable con su adolescente acerca de estos tipos de problemas. Comparta sus valores familiares con ellos.

Al mismo tiempo, sea abierto y no juzgue. Explique a su hijo que escuchará lo que tenga que decir. Juntos pueden generar ideas para tomar buenas decisiones.

Como padre, también manténgase alerta a las señales de que su adolescente puede estar teniendo problemas. Puede observar:

- Una reducción repentina en las calificaciones.
- Pérdida de interés en la escuela y las actividades.
- Moretones, cortes y otras lesiones sin explicación.
- Dormir mucho más de lo habitual.
- Pérdida de peso repentina.
- Cambios extremos de humor o ira.
- Sentimientos de desvalorización o desesperanza.

Si cree que su adolescente necesita ayuda, hable con su hijo y también con su médico. También podría ayudar si su adolescente puede hablar en privado con su médico.

No olvide que los adolescentes también necesitan vacunas. Asegúrese de que su adolescente visite al médico por otras cuestiones, además de las vacunas. El médico desea hablar con su hijo adolescente sobre el hostigamiento, prevención de lesiones y suicidio, comportamiento sexual de riesgo y violencia. Puede obtener más información sobre las vacunas en línea.

Fuente: Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics); Instituto Nacional de Salud (National Institutes of Health)

Signos de depresión

Todos nos sentimos tristes en ocasiones. Pero habitualmente esta sensación desaparece después de unos días. La depresión es más grave. Pero casi todas las personas que la sufren pueden mejorar.

¿Quiénes están en riesgo? Cualquier persona puede sufrir depresión. Es una enfermedad común. Puede estar deprimido si tiene 5 o más de estos signos por 2 semanas o más:

- sensación de desesperanza
- pérdida de interés en las cosas que solía disfrutar
- dormir demasiado o muy poco
- comer demasiado o muy poco
- sensación de cansancio o desvalorización
- problemas con la memoria
- pensamientos de muerte o suicidio

Si cree que podría tener depresión, consulte con su médico.

Los medicamentos y el asesoramiento pueden ayudar. Puede obtener ayuda para la depresión u otros problemas de salud mental a través de Arizona Complete Health-Complete Care Plan. Comuníquese con los Servicios para afiliados al **1-888-788-4408 o TTY/TDD 711.**



Medicamentos para la salud mental: *Manténgase en contacto con su médico*

¿Está tomando medicamentos antipsicóticos?

Los medicamentos antipsicóticos más antiguos se denominan típicos. Los nuevos medicamentos se denominan atípicos. Independientemente del tipo de medicamento que esté tomando, consulte con su médico regularmente sobre su progreso.

A continuación se incluyen algunas preguntas importantes que debe formular a su médico cuando le recete un medicamento antipsicótico:

- ¿Cuáles son los beneficios de este medicamento?
- ¿Cuánto tardará en comenzar a actuar?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios de este medicamento? ¿Alguno es grave?
- ¿Deberé realizarme análisis de sangre mientras tomo este medicamento?
¿Con qué frecuencia?
- ¿Puedo quedar embarazada mientras tomo este medicamento?
- ¿Qué debo hacer si creo que el medicamento no está funcionando?
- ¿Con qué frecuencia debo comprobar mi progreso?

¿Tiene preguntas?

888-788-4408

Servicios para afiliados
puede ayudarlo

Y por motivos de seguridad, no deje de tomar un medicamento sin consultar primero con su médico.

Fuentes: Agencia para la Investigación y Calidad de la Atención Médica (Agency for Healthcare Research and Quality);
Instituto Nacional de Salud Mental (National Institute of Mental Health)

Servicios confidenciales para crisis de salud mental

Los servicios para crisis ofrecen 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 experimente una crisis de salud mental. Independientemente de la cobertura de seguro o inscripción.

Si vive en los condados de Cochise, Graham, Greenlee, La Paz, Pima, Pinal, Santa Cruz, Yuma o en la Reserva Apache de San Carlos: **1-866-495-6735**
Si vive en el condado de Maricopa: **1-602-222-9444 o 1-800-631-1314**
Si vive en el condado de Gila: **1-877-756-4090**
Si vive en la Nación Tohono O'Odham: **1-844-423-8759**



Asma Tenga un plan

La mejor forma de manejar el asma es con un plan de acción para el asma. Consulte con su médico al respecto.

Su plan está diseñado especialmente para usted. Le dice qué hacer cuando aparece el asma y cuándo necesita atención médica de inmediato.

Fácil de usar

Los planes de acción con frecuencia usan zonas con códigos de 3 colores. En general:

Verde – Se siente bien.

Amarillo – Está comenzando a tener síntomas.

Rojo – Sus síntomas están empeorando significativamente.

Por ejemplo, si comienza a tener síntomas, se encuentra en la zona amarilla. Su plan podría indicar cuánto medicamento debe tomar y cuándo tomarlo.

Tome el medicamento según las indicaciones de su médico. Existen 2 tipos de medicamentos: rescate y control. Los medicamentos de rescate alivian los síntomas de inmediato. Los medicamentos de control ayudan a prevenirlos. Entonces, es importante que tome los medicamentos de control incluso cuando se siente bien.

Para obtener más información sobre el Programa para el Manejo de Enfermedades de Arizona Complete Health-Complete Care Plan, llame al 1-800-893-5597.

Fuentes: Academia Estadounidense de Alergia, Asma e Inmunología (American Academy of Allergy, Asthma & Immunology); Asociación Estadounidense del Pulmón (American Lung Association)



Sonrisas saludables, niños saludables

Los dientes y encías saludables ayudan a los niños a hablar y comer. Y una boca saludable se relaciona con una mejor salud en general. Es por eso que es tan importante que los niños reciban una buena atención dental. Es muy sencillo:

1. Encuentre un centro de atención dental. Es el consultorio de un dentista donde puede concurrir para todas las necesidades dentales de su hijo. Su hijo puede ver al dentista antes de cumplir 1 año o cuando aparece el primer diente. Para encontrar un dentista adecuado para su hijo, llámenos al 1-888-788-4408.

2. Obtenga atención preventiva regular dos veces al año. Los dentistas no están solo para ayudar en caso de problemas. También realizan limpiezas y chequeos periódicos que pueden ayudar a prevenir problemas.

3. Detenga el deterioro de los dientes en su hogar. Asegúrese de que sus hijos se cepillen los dientes dos veces al día con pasta de dientes con fluoruro. También

asegúrese de que usen hilo dental todos los días y coman alimentos saludables. Establezca un buen ejemplo haciéndolo también.

4. Asegúrese de consultar con el dentista por un protector bucal si sus hijos practican algún deporte. Protegerá los dientes para que no se caigan o dañen.

5. Comience temprano con los niños pequeños. Limite las bebidas con azúcar, Taki's, Hot Cheetos y bebidas como gaseosas, bebidas energéticas y Gatorade. Evite introducir bebidas con azúcar en el biberón o el vaso con pico. Asegúrese de verter solo agua en el biberón que se usa por la noche.

6. Consulte con su dentista sobre la aplicación de fluoruro. Se puede aplicar sobre los dientes de su hijo para fortalecerlos.

Fuentes: Asociación Dental Estadounidense (American Dental Association); Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention); Departamento de Servicios de Salud de Arizona (Az Department of Health Services).

Aplicación de fluoruro - ¡No es solo para los dentistas!

Los médicos de atención primaria (PCP) pueden recomendar la aplicación de fluoruro. Se puede aplicar sobre los dientes de su hijo a partir de los 6 meses. El PCP puede aplicar fluoruro dos veces al año hasta que el niño cumple 2 años de edad. El fluoruro ayuda a fortalecer los dientes. Aumenta su resistencia a las caries.

Estadísticas dentales de Arizona

De acuerdo con el Departamento de Servicios de Salud de Arizona

“En promedio, los niños de Arizona tienen 5 dientes afectados por el deterioro dental (caries)”

Sellantes dentales Seguros, efectivos, cubiertos por el seguro

EL DIARIO DE LA ASOCIACIÓN DENTAL ESTADOUNIDENSE INFORMA

“Los sellantes en los molares permanentes reducen el riesgo de caries en un 80 %”

Los sellantes son sencillos e indoloros. Un sellante es un delgado recubrimiento de plástico. Se coloca en la superficie de masticación del diente. Y cubre las ranuras que atrapan los alimentos y gérmenes. El sellante protege los sitios a los que el cepillo de dientes no puede acceder. Se utiliza una luz especial para endurecerlo. Y se adhiere al diente. Los sellantes pueden proteger el diente por un período prolongado.

¿Cuál es el mejor momento para la aplicación del sellante?

Se recomiendan los sellantes cuando aparecen por primera vez los molares permanentes. Por lo general, esto sucede entre el segundo y el sexto grado escolar.

¿El seguro de mi hijo paga los sellantes?

Sí, los sellantes son un beneficio dental cubierto para un afiliado entre los 3 y 15 años de edad.

Consulte con el dentista de su hijo sobre los sellantes. Y si su hijo se beneficiará con ellos.

Fuentes: Asociación Dental Estadounidense (American Dental Association)

Recursos comunitarios para familias

Centro de Información sobre Intoxicaciones y Medicamentos (Poison and Drug Information Center)

El Centro de Información sobre Intoxicaciones y Medicamentos proporciona información sobre los peligros de los medicamentos, plantas, mordeduras y picaduras. Ayuda con los primeros auxilios por intoxicación. Para obtener más información, llame al **(800) 222-1222** o visite www.aapcc.org.

Programa Especial de Nutrición Complementaria para Mujeres, Bebés y Niños (Women, Infants and Children, WIC)

El WIC es un programa de nutrición y lactancia gratuito y ofrece consejos sobre la elección de una dieta saludable durante el embarazo. El WIC atiende a mujeres embarazadas, lactantes y posparto, así como a bebés y niños menores de cinco años que se determina que presentan un riesgo de nutrición. Para obtener más información, llame al **(800) 252-5942** o visite <http://azdhs.gov/prevention/azwic/>

Programa de Vacunación Infantil (Vaccines for Children Program, VFC)

El Programa de Vacunación Infantil (VFC) es un programa financiado con fondos federales que proporciona vacunas sin cargo a niños que no pueden pagarlas.

Si tiene alguna pregunta, puede ponerse en contacto con el Programa VFC de Arizona al **(602) 364-3642**.

Head Start

Head Start está destinado a niños de hasta 5 años y mujeres embarazadas de familias de bajos ingresos. Head Start ayuda a preparar a los niños para la escuela. Cubre áreas como la salud, la educación y las necesidades sociales. Para obtener más información, llame al **(602)-338-0449** o visite www.azheadstart.org

Programa de Intervención Temprana de Arizona (Arizona Early Intervention Program, AzEIP)

AzEIP proporciona a niños elegibles y sus familias acceso a servicios para mejorar la capacidad de las familias y los cuidadores de respaldar el desarrollo del niño. Los servicios de AzEIP están destinados a ayudar a mejorar el crecimiento y desarrollo del niño. Para obtener más información, llame al **(602) 532-9960** o visite www.azdes.gov/azeip

Servicios de Rehabilitación Infantil (Children's Rehabilitation Services, CRS)

CRS está destinado a niños y adultos jóvenes de hasta 21 años de edad con ciertas afecciones de salud y necesidades de atención médica. CRS ayuda con los tratamientos médicos y servicios de asistencia. Para obtener más información, llame al **(602) 417-4000** o **1-(800) 654-8713** o visite <https://www.azahcccs.gov/AHCCCS/initiatives/CareCoordination/CRS.html>

Centros de Recursos Familiares (Family Resource Centers)

Existen Centros de Recursos Familiares First Things First en todo el condado de Maricopa que atienden a las familias con niños entre 0 y 5 años de edad. Los Centros de Recursos Familiares tienen programas para ayudarlo a:

- Desarrollar las habilidades del lenguaje y la lectura de su hijo.
- Respalidar la salud y nutrición de su familia.
- Acceder a otros recursos de la comunidad.

Para encontrar el Centro de Recursos Familiares más cercano, visite www.familyresourceaz.org

Niños Mentalmente Enfermos con Sufrimiento (Mentally Ill Kids in Distress, MIKID)

El programa de Niños Mentalmente Enfermos con Sufrimiento ofrece servicios de salud mental para jóvenes y servicios de asistencia a sus familias. Para obtener más información, visite <http://www.mikid.org/>

First Things First

First Things First se asocia con las familias y comunidades para respaldar el desarrollo y aprendizaje saludable de los niños pequeños en Arizona. Para obtener más información, visite www.firstthingsfirst.org

Información de contacto de Arizona Complete Health-Complete Care Plan

Servicios para afiliados
1-888-788-4408

Línea de asesoramiento de enfermería
1-800-893-5597

Sitio web: www.azcompletehealth.com/completecare

¿Tiene preguntas?

888-788-4408

Servicios para afiliados
puede ayudarlo

azcompletehealth.com/completecure