

Newsletter for Families



La versión en español del boletín empieza en la página 9.

July 2008

Did You Get It?

Do you order medical items through your doctor? Sometimes medical items are called durable medical equipment or DME. A medical item or DME can be a thing like:

- Blood pressure device
- Bath bench
- Commode chair
- Wheelchair
- Glasses

We want to make sure that you get what you order.

Your doctor works with TMHP to order things for you. TMHP will send you a letter when your doctor orders your items. The letter will tell you what you are going to get. If you do not get your items, call your doctor and your CSHCN Services Program case manager. See page 7 for a list of program offices.

A delivery person will bring you the items and ask you to sign a form. It is called the “Documentation of Receipt” form. The form should list your name, address, and all of the things that were delivered.

- Do not sign a blank form.
- If you did not get all of the things on the list, do not sign the form.
- If your name and address are wrong, do not sign the form.
- If your name and address are right and you got all of the things on the list, sign the form. ■

**CSHCN Services Program
Documentation of Receipt**

This form must be kept in the client's file for all augmentative communication devices, durable medical equipment (DME), eyewear, orthotics and prosthetics, and prescription shoes. Do not submit this form with your claim.
For help completing this form, call the TMHP:CSHCN Services Program Contact Center at 1-800-568-2413 or 1-512-514-3000 and select Option 2.
Please print or type requested information below.

Client Information:			
First name:		Last name:	
CSHCN Services Program number: 9-_____00		Date of birth:	
Address/City/ZIP:			
Diagnosis (ICD-9-CM):			
Product Information:			
Item	Number Received	Description (Include Model Number if Applicable)	Manufacturer's Serial Number (for DME only)
Certification:			
I certify that on _____ (mm/dd/yyyy):			
The client received the product as prescribed by the physician.			
The product has been properly fitted to the client and meets the client's needs.			
The client, the parent or guardian of the client, and any caregiver of the client has received training and instruction regarding the proper use and maintenance of the product.			
Print or type receiver's name:			
Signature of client, parent or client representative:			Date:
Print or type supplier or provider name:			
Signature of supplier or provider:			Date:

Documentation of Receipt Form

CSHCN, CHIP, CMS, DSHS?

The CSHCN Services Program wants to make it easy to understand us. We found out that our letters and other papers can be hard to read. We are trying to get rid of the jargon and legal words. Look for changes in the coming months! Help us make our letters and this newsletter better. Send an email to cshcn@dshs.state.tx.us. Put “Newsletter” in the subject line. ■

Sign Up Now...Don't Miss Out

As parents of children with disabilities, you need to think about two questions early in your child's life:

1. Where will my children live when they grow up?
2. Will my children need help to live on their own?

Texas Medicaid waivers may provide what you need to help your child live in the community. But you need to sign up while your children are young. That way you will be able to get the help when you need it.

What are the Texas Medicaid waivers?

The waivers let people with disabilities get help with long-term care at home. They give people more ways to get help and stay in the community.

In Texas there are six waiver programs. The programs offer many types of help. Each program has its own rules and amounts it can pay.

The programs have waiting lists called "interest lists." You need to put your name or your child's name on the interest lists right away. Sometimes you have to wait on the list for years before you can get the help. Don't wait to call. You need to get your name on the lists as soon as you can.

Many of the Medicaid waiver programs offer the same kinds of services. Here are some of the terms you need to know when you ask for services:

Adaptive aids are things that can help you do things alone that you normally have someone else do for you. An example is a bath or shower chair.

Respite is help for the person who cares for you. A respite provider takes care of you while the person who cares for you does other things for a while.

Case management helps you get the health care, school, and other services you need.

Minor home changes are changes to your home, like adding a wheelchair ramp.

Day habilitation is training and help that teaches you to do things for yourself.

Occupational therapy is training that improves your muscle strength or how you move. It also teaches life skills and problem solving that help you do things for yourself.

Speech and language pathology trains you to talk or communicate.

Supported employment means people will help you find a job, learn the job, and keep the job.

Behavioral support helps you with your behavior inside and outside your home.

The Medically Dependant Children Program (MDCP)

1-877-438-5658 (toll-free)
www.dads.state.tx.us

Provides:

- Respite
- Case management
- Minor home changes
- Adaptive aids
- Other help so that children and young adults can live at home.

Available statewide on a first-come, first-served basis to people:

- Under 21 years of age with complex health problems
- With the same health reasons as someone would have for going into a nursing home

Community-Based Alternatives (CBA)

1-512-438-3693
www.dads.state.tx.us

Or contact your local DADS Community Care for the Aged and Disabled Services office.

Provides:

- Respite
- Adaptive aids and supplies
- Home changes
- Case management
- Other related services

Available statewide to people:

- With disabilities.
 - 21 years of age or older.
- Call to place your child on the list for this program once he or she turns 18 years of age.



Home and Community-Based Services (HCS)

[www.dads.state.tx.us
/contact/mra.cfm](http://www.dads.state.tx.us/contact/mra.cfm)

Or contact HCS at your local Mental Retardation Authority. It can be found in the phone book.

Provides:

- Respite
- Minor home changes
- Adaptive aids
- Dental care
- Nursing
- Help with housing
- Case management
- Day habilitation
- Occupational therapy
- Physical therapy
- Speech and language pathology
- Audiology
- Psychology
- Counseling
- Social work services
- Supported employment

Available statewide to people:

- With mental retardation.
- Of any age.
- On Medicaid.
- Who get the home and community-based services program instead of going to intermediate care facilities (ICF-MR).

Texas Home Living Program (TxHmL)

[www.dads.state.tx.us
/contact/mra.cfm](http://www.dads.state.tx.us/contact/mra.cfm)

Contact TxHmL at your local Mental Retardation Authority. It can be found in the phone book.

Provides:

- Adaptive aids
- Minor home changes
- Special therapies
- Behavioral support
- Dental care
- Nursing
- Community support
- Respite
- Supported employment
- Day habilitation
employment assistance

Available statewide to people:

- Only on the HCS interest list.
- With mental retardation.
- Who qualify for an ICF-MR Level of Care 1.
- Of any age.
- On Medicaid.
- On the TX Home Living program instead of the Intermediate Care Facilities (ICF-MR) program.

Deaf Blind/Multiple Disability Program (DBMD)

1-512-438-2622
www.dads.state.tx.us

Options range from 24-hour care in a group home to support for people who live with their families.

Provides:

- Help with skills of daily living
- Help with home repairs
- Case management
- Respite
- Special equipment
- Home changes
- Family training
- Five-day camping experience for deaf and blind children 7 years of age and older

Available to people:

- Who are deaf-blind and have other disabilities.
- Who need 24-hour support.
- 18 years of age and older.

Community Living Assistance and Support Services Program (CLASS)

1-512-438-5658 or 1-877-348-5658
www.dads.state.tx.us

Provides help in the home and the community:

- Respite
- Nursing
- Adaptive aids and supplies
- Home changes
- Case management
- Other related services

Available in certain areas of Texas to people:

- With a disability that occurred before they were 22 years of age.
- Of any age.

The October issue of the *CSHCN Newsletter for Families* will have more information about the waivers.

Information in this article came from the Texas Department of Aging and Disability Services (DADS), and Imagine Enterprises, Inc., with funding from the Texas Council for Developmental Disabilities.

Bone Health

If you have CF, you need to take special care of your bones. If you don't, you can get diseases in your bones. One of them is called osteopenia (ah-stee-oh-pee-nee-ah). The disease is caused by not having enough minerals in your bones.

The disease can keep you from getting a lung transplant. It also makes it easy to break bones. That can affect your lung health if you break a chest bone.

Here are some things you can do to avoid getting this disease.

- **Get regular exercise.** Walk, jog, and lift weights to help build healthy bones.
- **Eat well.** Eat the right foods. Get enough calories and the right vitamins to grow healthy bones. Stay away from alcohol, caffeine, sodas, and tobacco.
- **Go to the doctor often.** Do what your doctor tells you to do to keep your bones strong. Ask how your medicines affect the health of your bones. ■



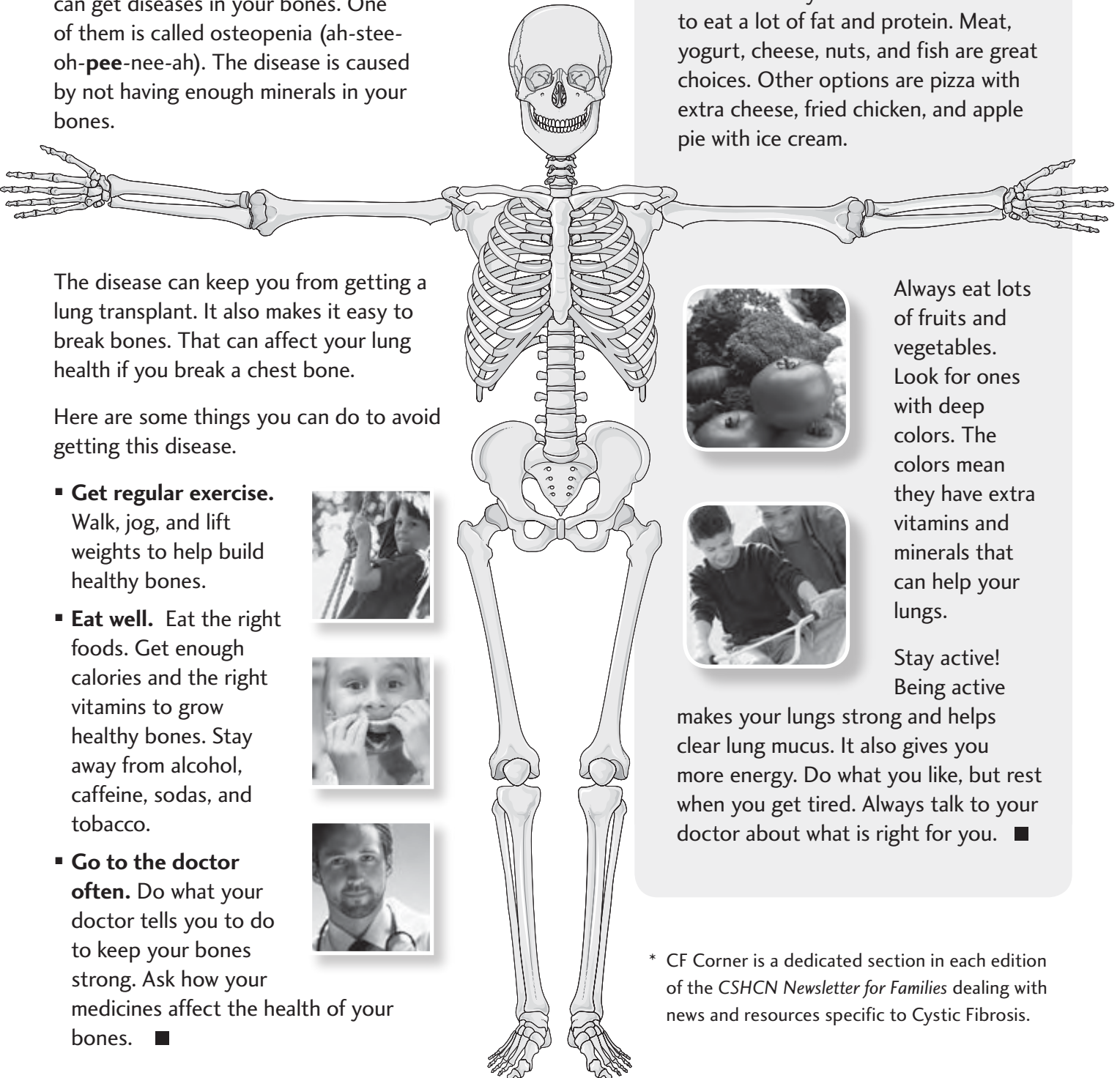
Teen Nutrition and Exercise

Are you a teen with CF? If you are, you need a lot more calories and vitamins than your friends. You need to eat a lot of fat and protein. Meat, yogurt, cheese, nuts, and fish are great choices. Other options are pizza with extra cheese, fried chicken, and apple pie with ice cream.



Always eat lots of fruits and vegetables. Look for ones with deep colors. The colors mean they have extra vitamins and minerals that can help your lungs.

Stay active! Being active makes your lungs strong and helps clear lung mucus. It also gives you more energy. Do what you like, but rest when you get tired. Always talk to your doctor about what is right for you. ■



* CF Corner is a dedicated section in each edition of the *CSHCN Newsletter for Families* dealing with news and resources specific to Cystic Fibrosis.

Summer Safety

Summer is here! Summer can be fun for kids, but it can also be dangerous. You can help to keep your kids safe from overheating, sun damage, and drowning. Follow these safety tips and have a fun and safe summer.

Overheating

Texas gets really hot. High heat makes you sweat a lot, and you lose a lot of water. If you lose more water than you drink, you can get very sick.

Here's how to keep your child safe from the heat:

- Keep babies younger than six months out of direct heat. Find some shade or cover them up.
- Never leave anyone in a small, hot place, even for a few minutes. Leaving a child in a parked car can be deadly.
- Make sure you all drink lots of water. Drink water at least 30 minutes before going out. Don't wait until you are thirsty.
- Skip drinks that have sugar or caffeine in them.
- Eat cool and light meals like salads and fruits.
- Take breaks when you work or play outside.
- Go outside only in the cooler parts of the day.
- Ask your doctor how the sun and heat will affect a child that takes any medicines.

Sun Damage

The sun can damage all of us. It can do more damage to children and infants. Too much sun can cause sunburn and skin cancer.

Here's how to keep your child safe from the sun:

- Choose the right sun screen. Make sure that:
 - It is made for children.
 - It is at least SPF 15.
 - It says “broad-spectrum” on the label.
- Put the sun screen on right. Make sure to:
 - Keep it out of the eyes and mouth.
 - Put it on top of a baby's head.
 - Put more on every 30 minutes.
- Use umbrellas, loose clothes, and hats. They provide extra protection from the sun.

Pool Safety

Swimming is fun and a good way to stay fit. But you have to be careful.

Here's how to keep your child safe in the water:

- Always swim with a buddy. No one should ever swim alone.
- Children should not go near the water without an adult to watch them.
- Do not depend on inflatable arm bands or rings to keep children from drowning. They can slip off or not work.
- Take CPR or first aid training. To find classes in English and Spanish, visit www.redcross.org/services/hss/courses.
- If you do not know how to swim, learn before you take your child into the water. Check with your local parks, the YMCA, and other groups to find a swim class.
- Obey the lifeguards. ■

BE PREPARED IN AN EMERGENCY

The CSHCN Services Program has put out a new “Emergency and Disaster Planning for Children with Special Health Care Needs” booklet. You can go online to www.dshs.state.tx.us/cshcn/pdf/emergency_plan.pdf and print a copy in English or Spanish. Or, you can get a free copy from a case manager at your regional office. A list of regional offices is on page 7 of this newsletter. ■



Don't Forget Your Bug Spray

Use a bug spray that says DEET on it. Always follow the directions!

SAVE THE DATE!

The Ninth Annual Conference on Chronic Illness and Disability: Transition from Pediatric to Adult-Based Care is coming up! The conference is a two-day event that is held in the beginning of November. Details about the date and place for this year's conference were being finalized when this newsletter went to print. Check Baylor College of Medicine's website at www.BaylorCME.org to learn more.



Or, you can contact Ellen P. Seaback, CMP, CAE, at the Baylor College of Medicine Office of Continuing Medical Education by:

E-mail: seaback@bcm.edu

Telephone: 713-798-8237

Fax: 713-798-6600

660

REMINDER

Renew your application for the CSHCN Services Program every 6 months.

Send in the renewal application within the 60 days *before* your eligibility ends. *Do not miss your deadline.*

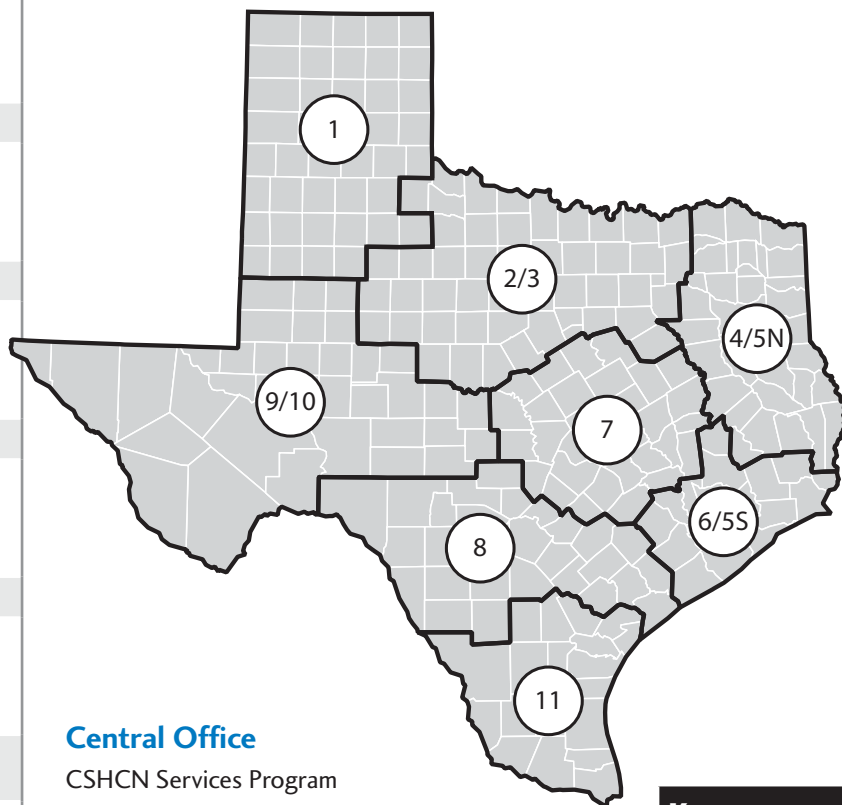
CSHCN Regional Offices

1	<p>Pat Greenwood, MSSW, LMSW</p> <p>300 Victory Drive WTAMU Box 60968 Canyon, TX 79016 Phone: 1-806-655-7151, x 223 Fax: 1-806-655-0820</p>
2/3	<p>Crystal Womack, MSSW, LMSW-AP</p> <p>1301 South Bowen Road, Suite 200 Arlington, TX 76013 Phone: 1-817-264-4627 Fax: 1-817-264-4911</p>
4/5N	<p>Peggy Wooten, LCSW, ACSW</p> <p>1517 West Front Street Tyler, TX 75702 Phone: 1-903-533-5231 Fax: 1-903-595-4706</p>
6/5S	<p>Raymond Turner, MA, LMSW-AP</p> <p>5425 Polk Avenue, Suite J Houston, TX 77023-1497 Phone: 1-713-767-3111 Fax: 1-713-767-3125</p>
7	<p>Eileen Walker, MS, LBSW</p> <p>2408 South 37th Street Temple, TX 76504-7168 Phone: 1-800-789-2865 Fax: 1-254-773-2722</p>
8	<p>Vicky Contreras, LCSW</p> <p>7430 Louis Pasteur Drive San Antonio, TX 78229 Phone: 1-210-949-2155 Fax: 1-210-949-2047</p>
9/10	<p>Donna Cordoni</p> <p>401 E. Franklin, Ste. 210 El Paso, TX 79901-1206 Phone: 1-915-834-7675 Fax: 1-915-834-7804</p> <p>Joanne D. W. Mundy, LBSW (Coordinator of Social Work Services)</p> <p>2301 North Big Spring, #300 Midland, TX 79705 Phone: 1-432-683-9492 Fax: 1-432-684-3932</p>
11	<p>R. Scott Hornéy, LCSW</p> <p>601 West Sesame Drive Harlingen, TX 78550 Phone: 1-956-423-0130 Fax: 1-956-444-3294</p>

Case Managers

It's All About Helping Families

Case managers will help you find the services your child needs in the area of Texas where you live. To contact a case manager in your area, call the office of the Regional Manager of Social Work Services listed for your region of Texas. Or, call the Program's central office at **1-800-252-8023**. The CSHCN Services Program provides case management services to all clients who receive health care benefits or are on the Program waiting list.



Central Office

CSHCN Services Program
Purchased Health Services Unit, MC 1938
Texas Department of State Health Services
PO Box 149347
Austin, TX 78714-9347
Phone: **1-512-458-7355** or **1-800-252-8023**
Fax: **1-800-441-5133**
Website: www.dshs.state.tx.us/cshcn

Key

DSHS Region

Name of Regional Manager of Social Work Services

Address and contact information for regional offices

Address Change Form—*Formulario para cambio de dirección*

If you have moved, please complete this form and attach a copy of the required documentation to update our records. Please print.

Si usted se ha mudado, llene este formulario y envíelo con una copia de la documentación solicitada para actualizar nuestros expedientes. Por favor, escriba en letra de molde.

CSHCN Client's Name/Nombre del Cliente CSHCN:	CSHCN Case No./Número del Caso CSHCN:
Parent's/Guardian's Name/Nombre del Padre/Tutor:	Telephone No./Número de Teléfono:
Street Address/Dirección:	Apartment No./Número de Apartamento:
City/Ciudad:	State/Estado: ZIP Code/Código Postal:
Parent's/Guardian's Signature/Firma del Padre/Tutor:	

Required documentation attached (a copy of one of the following forms of proof of residence is required). Please check the documentation you will send with this form:

Documentación necesaria adjunta (se necesita una copia de uno de los siguientes documentos que compruebe su residencia). Por favor, marque el documento que va a enviar con este formulario:

- Current utility bill (electricity, water, telephone)
- Current lease agreement (with landlord's name, address, and telephone number)
- Current mortgage bill or payment
- Current rent receipt (with landlord's name, address, and telephone number)
- Current Texas Driver's License
- Current Texas Motor Vehicle Registration
- Current Texas Voter Registration
- Current school records showing attendance in a Texas school
- Current Texas medical care identification (Medicaid ID)

- Cuenta reciente de uno de los servicios públicos (electricidad, agua, teléfono)*
- Contrato de arrendamiento actual (con el nombre, la dirección y el número de teléfono del propietario)*
- Cuenta o pago reciente de la hipoteca*
- Recibo de pago de la renta (con el nombre, la dirección y el número de teléfono del propietario)*
- Licencia vigente de conducir en Texas*
- Registro vigente de vehículo en Texas*
- Registro electoral de Texas vigente*
- Expediente escolar vigente que compruebe asistencia a una escuela de Texas*
- Identificación vigente para servicios médicos de Texas (Identificación de Medicaid)*

Mail to/Envíe por correo a:
CSHCN Services Program
MC 1938
Department of State Health Services
PO Box 149347
Austin TX 78714-9347
1-800-252-8023

Niños con Necesidades Especiales de Salud

Boletín de CSHCN para familias



An English version of the newsletter begins on page 1.

Julio de 2008

¿Ya lo recibió?

¿Acostumbra usted pedir artículos médicos por medio de su doctor? A veces los artículos médicos se llaman equipo médico durable, o DME por sus siglas en inglés. Un artículo médico o DME puede ser un objeto tal como:


- Aparato de presión sanguínea
- Banca para la tina
- Silla cómodo
- Silla de ruedas
- Anteojos

Queremos estar seguros de que reciba lo que pida.


Su doctor colabora con TMHP para hacer pedidos de parte de usted. TMHP le enviará una carta cada vez que su doctor manda a pedir sus artículos. La carta le indicará lo que va a recibir. Si usted no recibe sus artículos, llame a su doctor y a su administrador de casos del Programa de Servicios CSHCN. La página 15 tiene una lista de las oficinas del programa.

Un agente de envíos le entregará los artículos y le pedirá que firme un formulario. Este formulario se llama "Certificación de Transacción". Deben aparecer en el formulario el nombre de usted, su dirección, y que se le entregaron todos los artículos.

- No firme un formulario en blanco.
- Si no recibió todos los artículos que aparecen en la lista, no firme el formulario.
- Si su nombre y su dirección están equivocados, no firme el formulario.
- Si su nombre y su dirección están bien y recibió todo lo que aparece en la lista, firme el formulario. ■



Programa de Servicios para Niños con Necesidades de Salud Especiales (CSHCN)
Certificación de Transacción



Este formulario se debe archivar en el expediente del cliente para todo el equipo médico duradero (DME por su sigla en inglés), ortopedia y prótesis, zapatos especiales, anteojos y aparatos para la comunicación aumentativa. *No entregue este formulario con su reclamación.*

Si necesita ayuda para completar este formulario llame al Centro de Contacto del Programa de Servicios CSHCN - TMHP al 1-800-568-2413 o al 1-512-514-3000 y seleccione la opción 2.

Escriba a mano o a máquina la siguiente información.

Información del cliente:

Nombre: _____ Apellido: _____

Número del Programa de Servicios CSHCN: 9-____-____00 Fecha de nacimiento: _____

Dirección/Ciudad/Código Postal: _____

Diagnóstico (ICD-9-CM): _____

Información del producto:

Artículo	Cantidad recibida	Descripción (Incluir el número del modelo si aplica)	Número de serie del fabricante (únicamente para DME)

Certificación:

Certifico que el _____ (mm/dd/aaaa):

El cliente recibió el producto como lo recetó el médico.

El producto se ajustó adecuadamente al cliente y satisface sus necesidades.

El cliente, su padre/madre o tutor, y su principal cuidador(a) recibieron capacitación e instrucciones relacionadas con el uso y mantenimiento adecuados del producto.

Escriba a mano o a máquina el nombre del receptor:

Firma del cliente, su padre, madre, o su representante: _____ Fecha: _____

Escriba a mano o a máquina el nombre del proveedor:

Firma del proveedor: _____ Fecha: _____

EL RECEPTOR Y EL PROVEEDOR DEBEN FIRMAR Y ANOTAR LA FECHA EN ESTE FORMULARIO AL MOMENTO QUE SE RECIBA O ENTREGUE ESTE PRODUCTO. LA FECHA DE ENTREGA DEL PRODUCTO QUE APARECE EN ESTE FORMULARIO ES LA FECHA DE SERVICIO QUE DEBE APARECER EN LA RECLAMACIÓN. EL PROVEEDOR DEBERÁ CONSERVAR UNA COPIA DE ESTE FORMULARIO EN SUS ARCHIVOS DURANTE LA VIDA ÚTIL DEL PRODUCTO O EQUIPO O HASTA QUE SE AUTORIZA SU REEMPLAZO.

Fecha de Vigencia: 10022007/Fecha de Modificación: 05162008

Certificación de Transacción

¿CSHCN, CHIP, CMS, DSHS?

El Programa de Servicios CSHCN quiere que usted nos entienda más fácilmente. Nos dimos cuenta que nuestras cartas y otros documentos pueden ser difíciles de leer. Estamos tratando de eliminar el palabreo y los legalismos. Fíjese en los cambios que aparecerán en los próximos meses. Ayúdenos a que vayan mejorando nuestras cartas y este boletín. Envíe un mensaje por correo electrónico a cshcn@dshs.state.tx.us. En la línea del tema escriba "Boletín para familias". ■

Anótense hoy...no se pierdan

Como padres de niños con discapacidades, ustedes tienen que siempre pensar en dos preguntas acerca de la vida de sus niños:

1. ¿Dónde van a vivir mis niños cuando ya se maduren?
2. ¿Van a necesitar mis niños ayuda para vivir por su cuenta?

Es posible que los programas opcionales de Medicaid de Texas puedan ofrecer lo que necesitan para ayudarle a su niño a vivir en la comunidad. Pero tienen que anotarse mientras su niño todavía es joven. De esa manera, podrán obtener ayuda cuando la necesiten.

¿Qué son los programas opcionales de Medicaid de Texas?

Los programas opcionales permiten que las personas con discapacidades reciban ayuda en casa con su atención a largo plazo.

En Texas hay seis programas opcionales de Medicaid. Los programas les ofrecen muchos tipos de ayuda. Cada programa tiene sus propios reglamentos y cuotas que pueda pagar.

Los programas tienen listas de espera llamadas "listas de interesados". Tienen que anotar el nombre de su niño de inmediato en la lista de interesados. A veces hay que esperar en la lista por años hasta que llegue la ayuda. No esperen llamar. Tienen que poner su nombre en las listas tan pronto como puedan.

Muchos de los programas opcionales de Medicaid ofrecen el mismo tipo de servicios. Los siguientes son términos que deben saber cuando piden los servicios:

Ayudas para la adaptación son objetos que le pueden ayudar a hacer solo las cosas que normalmente alguien le tiene que ayudar a hacer. Un ejemplo sería una silla para tina o ducha.

Relevo es la ayuda para la persona que le cuida a usted. El proveedor de los servicios de relevo se encarga de cuidarle mientras la persona que normalmente le cuida hace otras cosas por un rato.

Administración de casos le ayuda a obtener servicios de atención médica, servicios escolares y otros servicios que usted necesita.

Cambios menores a la casa son cambios a su casa, tales como instalar una rampa para silla de ruedas.

Habilitación durante el día es la capacitación que le ayuda a hacer las cosas por sí mismo.

Terapia ocupacional es capacitación que mejora su fuerza muscular o la manera en que se moviliza. Además, le enseña las habilidades para sobrevivir y cómo resolver problemas, los cuales le ayudan a hacer las cosas por sí mismo.

Patología del lenguaje y del habla le da capacitación para hablar y comunicar.

Empleo con apoyo significa que hay gente que le ayuda a encontrar empleo, aprender el empleo y mantener el empleo.

Apoyo para la conducta le ayuda con su comportamiento dentro y fuera de su hogar.

El Programa de Niños Medicamente Dependientes (MDCP)

1-877-438-5658 (gratis)

www.dads.state.tx.us

Ofrece:

- Relevo
- Administración de casos
- Cambios menores a la casa
- Ayudas para la adaptación
- Otra ayuda para que los niños y jóvenes puedan vivir en casa.

Disponible en todo el estado de acuerdo al que primero llega, primero se le sirve, y es para personas:

- Menores de 21 años de edad y con problemas de salud complejos
- Con iguales condiciones de salud de alguien quien tendría que ir a una casa para convalecientes

Programa de Alternativas en la Comunidad (CBA)

1-512-438-3693

www.dads.state.tx.us

También puede comunicarse con su oficina local de Servicios de Atención en la Comunidad para Personas de Edad Avanzada y Discapacitadas del DADS.

Ofrece:

- Relevo
- Ayudas y suministros para la adaptación
- Cambios a la casa
- Administración de casos
- Otros servicios relacionados

Disponible en todo el estado para personas:

- Con discapacidades.
- De 21 años de edad o mayores.

Llame para poner a su niño en la lista para este programa, una vez que llega a tener 18 años de edad.

Servicios en el Hogar y en la Comunidad (HCS)

[www.dads.state.tx.us
/contact/mra.cfm](http://www.dads.state.tx.us/contact/mra.cfm)

También puede comunicarse con HCS en la oficina local de su Autoridad de Retraso Mental. La puede encontrar en la guía telefónica.

Ofrece:

- Relevo
- Cambios menores a la casa
- Ayudas para la adaptación
- Cuidado dental
- Enfermería
- Ayuda para encontrar vivienda
- Administración de casos
- Habilitación durante el día
- Terapia ocupacional
- Terapia física
- Patología del habla y del lenguaje
- Audiología
- Psicología
- Consejería
- Servicios de trabajo social
- Empleo con apoyo

Disponible en todo el estado para personas:

- Con retraso mental.
- De cualquier edad.
- Con Medicaid.
- Que reciben el programa de servicios en el hogar y en la comunidad en vez de ir a los centros de cuidado intermedio (ICF-MR).

Programa de Texas para Vivir en Casa (TxHmL)

[www.dads.state.tx.us
/contact/mra.cfm](http://www.dads.state.tx.us/contact/mra.cfm)

Comuníquese con TxHmL en la oficina local de su Autoridad de Retraso Mental. La puede encontrar en la guía telefónica.

Ofrece:

- Ayudas para la adaptación
- Cambios menores a la casa
- Terapias especiales
- Apoyo para la conducta
- Cuidado dental
- Enfermería
- Apoyo comunitario
- Relevo
- Empleo con apoyo
- Asistencia de empleo a través de la habilitación durante el día

Disponible en todo el estado para personas:

- Únicamente en la lista de interesados de HCS.
- Con retraso mental.
- Que reúnen los requisitos para el Nivel de Cuidado 1 de ICF-MR.
- De cualquier edad.
- Con Medicaid.
- Con el Programa de Texas para Vivir en Casa en vez del programa de los Centros de Cuidado Intermedio (ICF-MR).

Programa para Personas Sordociegas con Discapacidades Múltiples (DBMD)

1-512-438-2622

www.dads.state.tx.us

Las opciones varían desde cuidado las 24 horas del día en hogares para grupos hasta apoyo para personas que viven con sus propias familias.

Ofrece:

- Ayuda con destrezas para el diario vivir
- Ayuda con reparaciones de la casa
- Administración de casos
- Relevo
- Equipo especial
- Cambios a la casa
- Capacitación para familias
- Experiencias de campamento de cinco días para niños sordociegas de 7 años de edad y mayores

Disponible para personas:

- Que son sordociegas y tienen otras discapacidades.
- Que necesitan apoyo las 24 horas.
- De 18 años de edad y mayores.

Programa de Servicios de Asistencia y Apoyo para Vivir en la Comunidad (CLASS)

1-512-438-5658 or 1-877-348-5658

www.dads.state.tx.us

Ofrece ayuda en el hogar y en la comunidad:

- Relevo
- Enfermería
- Ayudas y suministros para la adaptación
- Cambios a la casa
- Administración de casos
- Otros servicios relacionados

Disponible en ciertas áreas de Texas para personas:

- Con alguna discapacidad que se presentó antes de tener 22 años de edad.
- De cualquier edad.

En el número de octubre del Boletín de CSHCN para familias aparecerá más información sobre los programas opcionales.

La información usada en este artículo fue tomada del Departamento de Servicios para Adultos Mayores y Personas Discapacitadas (DADS), así como de Imagine Enterprises, Inc., con el auspicio del Consejo de Texas para Discapacidades del Desarrollo.

Salud de los huesos


Si tiene fibrosis quística (FQ), usted debe cuidarse bien de los huesos. Si no se cuida, le puede dar una enfermedad de los huesos. Una de estas enfermedades se llama osteopenia. La causa de la enfermedad es no tener suficientes minerales en sus huesos.

Esta enfermedad puede impedir que reciba un trasplante del pulmón. También hace que se le quiebren más fácilmente los huesos. Esto puede afectar a la salud de sus pulmones, si se le quiebra un hueso del pecho.

Usted puede hacer las siguientes cosas para evitar que le dé esta enfermedad.

- **Haga ejercicio rutinariamente.** Camine, corra y levante pesas para desarrollar huesos saludables.


- **Aliméntese bien.** Coma los alimentos correctos. Obtenga suficientes calorías y las vitaminas correctas para que sus huesos crezcan saludables. Evite el alcohol, la cafeína, las sodas y el tabaco.


- **Visite con frecuencia al doctor.** Haga lo que le indica el doctor para mantener fuertes sus huesos. Pregunte cómo los medicamentos que toma pueden afectar la salud de sus huesos. ■



Nutrición y ejercicio para adolescentes

¿Eres tú un adolescente que tiene FQ? Si lo eres, necesitas mucho más calorías y vitaminas que tus amigos. Tienes que comer grasas y proteína en abundancia. La carne, el yogur, el queso, las nueces y el pescado son excelentes elecciones. Algunas otras opciones son la pizza con queso extra, el pollo frito y el pastel de manzana con helado.



Siempre come mucha fruta y verdura. Escoge las que tienen colores oscuros. Estos colores significan que contienen más de las vitaminas y los minerales que pueden ayudar a tus pulmones.



¡Mantente activo! El mantenerse activo hace que tus pulmones se hagan fuertes y ayuda a limpiar las mucosas del pulmón. También hace que tengas más energía. Haz lo que quieras, pero descansa si te agotas. Siempre conversa con tu doctor sobre lo que es mejor para tí. ■

* En cada edición del Boletín para Familias aparece el Rincón FQ que es una sección dedicada a las noticias y recursos específicos a la fibrosis quística (FQ).

Seguridad en el verano

¡Ya llegó el verano! El verano puede ser divertido para los niños, pero también puede ser peligroso. Usted puede ayudar a que sus niños eviten el sobrecalentamiento, daños debido al sol y el peligro de ahogarse. Siga estos consejos sobre la seguridad y goce de un verano saludable.

Sobrecalentamiento

El clima de Texas es bastante caliente. El calor fuerte hace que uno sude mucho y que pierda mucho líquido. Si pierde más agua de lo que toma, se puede enfermar gravemente.

Usted puede hacer las siguientes cosas para proteger a su niño del calor:

- No exponga a los bebés menores de 6 meses al calor directo. Busque la sombra o cúbralos con algo.
- Jamás deje a alguien en un espacio pequeño y caliente, ni siquiera por unos pocos minutos. Dejar a un niño en un carro estacionado puede ser mortal.
- Asegúrese de tomar bastante agua. Tome agua por lo menos 30 minutos antes de salir. No espere hasta que le dé sed.
- Evite las bebidas que tienen azúcar o cafeína.
- Coma alimentos frescos y livianos como ensaladas y frutas.
- Descanse de vez en cuando mientras trabaja o juega afuera.
- Salga afuera solo durante las horas frescas del día.
- Pregúntele a su doctor cómo le afectará el sol al niño que está recibiendo medicamentos.

Daños debido al sol

El sol nos puede hacer daño a todos. Puede hacerles aún más daño a los niños y a los bebés. Demasiado sol puede causar quemaduras del sol y cáncer de la piel.

Usted puede hacer las siguientes cosas para proteger a su niño del sol:

- Escoja la loción protectora contra el sol apropiada. Asegúrese de que:
 - Está hecha para niños.
 - El factor de protección es de por lo menos SPF 15.
 - Dice en la etiqueta “*broad-spectrum*” (gama amplia).
- Aplique la loción protectora contra el sol de la manera correcta. Asegúrese de:
 - Evitar el contacto con los ojos y la boca.
 - Ponerle loción en la coronilla de la cabeza del bebé.
 - Ponerle más loción cada 30 minutos.
- Use paraguas, ropa suelta y sombreros. Estos le ofrecen protección adicional contra el sol.

Seguridad en la alberca

Nadar es divertido y una buena manera de mantenerse en forma. Pero hay que tener cuidado.

Usted puede hacer las siguientes cosas para proteger a su niño en el agua:

- Siempre nade con un amigo. Nadie debe nadar jamás solo.
- Los niños no se deben acercar al agua sin que les esté observando un adulto.
- No se confíe en las flotadoras para los brazos ni en los anillos inflables para evitar que se ahoguen sus niños. Se pueden zafar o funcionar mal.
- Tome un curso de primeros auxilios o de RCP (reanimación cardiopulmonar). Para encontrar clases en inglés y en español, visite www.redcross.org/services/hss/courses.
- Si usted no sabe nadar, aprenda antes de llevar a sus niños dentro del agua. Consulte a los parques locales, la YMCA y otros grupos para informarse sobre las clases de natación.
- Obedezca a los salvavidas. ■

PREPÁRESE PARA CUALQUIER EMERGENCIA

El Programa de Servicios CSHCN ha publicado un nuevo folleto llamado "Planificación de emergencias y desastres para niños con necesidades de salud especiales". Para obtener una copia en inglés o en español, visite el sitio www.dshs.state.tx.us/cshcn/pdf/emerg_plan.pdf. También puede obtener una copia gratis de un administrador de casos en su oficina regional. La lista de oficinas regionales aparece en la página 15 de este boletín. ■



No se olvide de su repelente de insectos

Use cualquier repelente de insectos que diga *DEET* en la etiqueta. ¡Siempre siga las instrucciones!

¡ANOTE ESTA FECHA!

¡Pronto llegará la Novena Conferencia Anual, "*Chronic Illness and Disability: Transition from Pediatric to Adult-Based Care*" (Enfermedad Crónica y Discapacidad: Transición de Cuidado Pediátrico a Cuidado de Adultos)! La conferencia dura dos días y se celebrará a principios de noviembre. Los últimos detalles sobre la fecha y el lugar para la conferencia de este año se estaban finalizando cuando este boletín se imprimió. Para mayores detalles, vaya al sitio web de *Baylor College of Medicine* en www.BaylorCME.org.



También puede comunicarse con Ellen P. Seaback, CMP, CAE, en la Oficina de Educación Continua de la Escuela de Medicina de Baylor de las siguientes maneras:

Correo electrónico: seaback@bcm.edu

Teléfono: 713-798-8237

Fax: 713-798-6600

660

RECORDATORIO

Usted *debe* renovar su solicitud para el Programa de Servicios CSHCN cada 6 meses.

Usted *debe* enviar una solicitud de renovación dentro de los 60 días *previos* al vencimiento de su elegibilidad. *No se exceda de este plazo.*

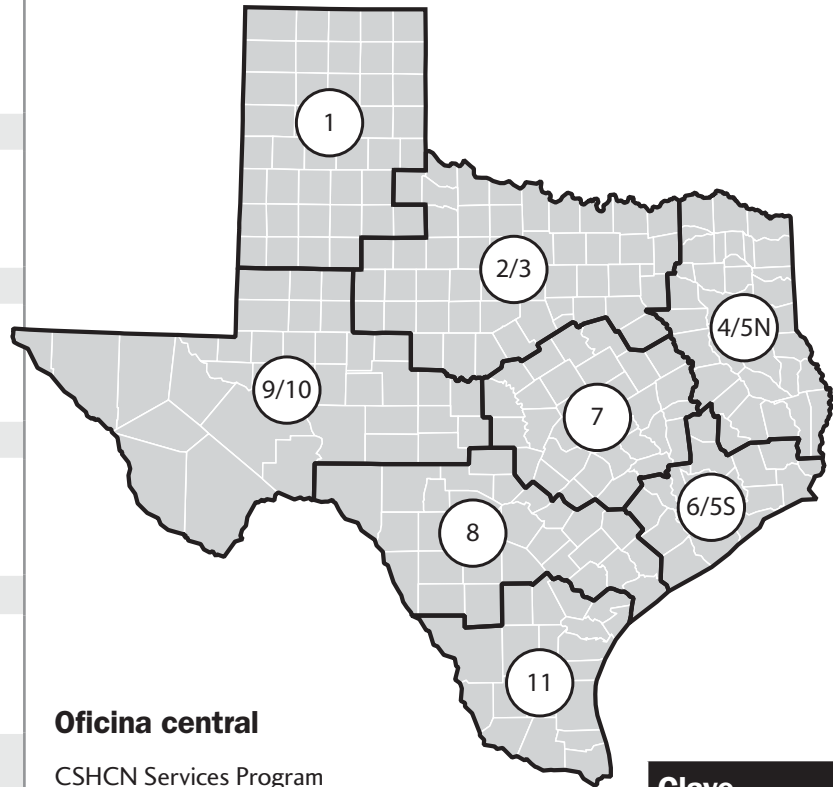
Oficinas regionales del Programa CSHCN

1	Pat Greenwood, MSSW, LMSW 300 Victory Drive WTAMU Box 60968 Canyon, TX 79016 Teléfono: 1-806-655-7151, x 223 Fax: 1-806-655-0820
2/3	Crystal Womack, MSSW, LMSW-AP 1301 South Bowen Road, Suite 200 Arlington, TX 76013 Teléfono: 1-817-264-4627 Fax: 1-817-264-4911
4/5N	Peggy Wooten, LCSW, ACSW 1517 West Front Street Tyler, TX 75702 Teléfono: 1-903-533-5231 Fax: 1-903-595-4706
6/5S	Raymond Turner, MA, LMSW-AP 5425 Polk Avenue, Suite J Houston, TX 77023-1497 Teléfono: 1-713-767-3111 Fax: 1-713-767-3125
7	Eileen Walker, MS, LBSW 2408 South 37th Street Temple, TX 76504-7168 Teléfono: 1-800-789-2865 Fax: 1-254-773-2722
8	Vicky Contreras, LCSW 7430 Louis Pasteur Drive San Antonio, TX 78229 Teléfono: 1-210-949-2155 Fax: 1-210-949-2047
9/10	Donna Cordoni 401 E. Franklin, Ste. 210 El Paso, TX 79901-1206 Phone: 1-915-834-7675 Fax: 1-915-834-7804
	Joanne D. W. Mundy, LBSW (Coordinadora de Servicios de Trabajo Social) 2301 North Big Spring, #300 Midland, TX 79705 Phone: 1-432-683-9492 Fax: 1-432-684-3932
11	R. Scott Hornéy, LCSW 601 West Sesame Drive Harlingen, TX 78550 Teléfono: 1-956-423-0130 Fax: 1-956-444-3294

Administradores de casos

Nuestra meta es ayudar a las familias

Los administradores de casos lo ayudarán a encontrar los servicios que su niño necesita en el área de Texas donde vive. Para comunicarse con un administrador de casos de su área, llame a la oficina del Director Regional de Servicios de Trabajo Social de su región de Texas que se encuentra en la lista. O bien, llame a la oficina central del Programa al **1-800-252-8023**. El Programa de Servicios CSHCN brinda servicios de administración de casos a todos los clientes que reciben beneficios de atención médica o que se encuentran en la lista de espera del Programa.



Oficina central

CSHCN Services Program
Purchased Health Services Unit, MC 1938
Texas Department of State Health Services
PO Box 149347
Austin, TX 78714-9347
Teléfono: **1-512-458-7355** ó **1-800-252-8023**
Fax: **1-800-441-5133**
Sitio web: www.dshs.state.tx.us/cshcn

Clave

Región del DSHS

Nombre del Director Regional de Servicios de Trabajo Social

Dirección e información de contacto de las oficinas regionales

CSHCN Services Program
Purchased Health Services Unit, MC 1938
Texas Department of State Health Services
PO Box 149347
Austin, TX 78714-9347

Phone: 1-512-458-7355 or 1-800-252-8023
Fax: 1-800-441-5133

Postage Permit

CSHCN Services Program • Programa de Servicios CSHCN

Newsletter for Families

Boletín para familias



July 2008 • Julio de 2008

In This Issue

Did You Get It?	1
CSHCN, CHIP, CMS, DSHS?	1
Sign Up Now...Don't Miss Out	2
Bone Health	4
Teen Nutrition and Exercise	4
Summer Safety	5
Be Prepared in an Emergency	6
SAVE THE DATE!	6
Don't Forget Your Bug Spray	6
Case Managers	7
Address Change Form	8

En esta edición

¿Ya lo recibió?	9
¿CSHCN, CHIP, CMS, DSHS?	9
Anótese hoy...no se pierdan.....	10
Salud de los huesos	12
Nutrición y ejercicio para adolescentes	12
Seguridad en el verano	13
Prepárese para cualquier emergencia	14
¡ANOTE ESTA FECHA!	14
No se olvide de su repelente de insectos	14
Administradores de casos	15
Formulario para cambio de dirección.....	8