

newsletter

November 2013

for families



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

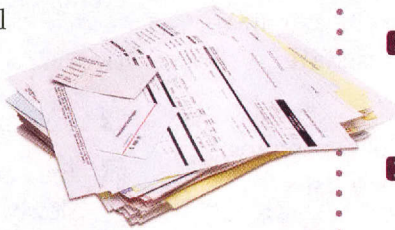
Did You Get a Bill?

Did you get a medical bill? Act now! Avoid bad credit and collection agencies!

First call your doctor's office. Do they accept CSHCN Services Program benefits? If so, give them the CSHCN Services Program client ID number.

If the issue is not fixed, send a copy of the bill and a note to:

TMHP/CSHCN Services Program
Client Correspondence
P.O. Box 202018
Austin, TX 78720-2018



Briefly explain the issue. Write down what the doctor's office told you. Include the CSHCN Services Program's client name and client ID number. A case manager can help you if you like.

A response to your letter may take thirty days.

You may wish to call the TMHP/CSHCN Services Program Client line at **877-888-2350** to ask them if the doctor's office submitted the bill. Write down the name of the person with whom you are talking and the ticket number they give you. Keep it in your records.

Avoid getting medical bills by only visiting CSHCN Services Program doctors. Make sure you always give the office your CSHCN Services Program client ID number and show them your benefit form. ■

REMINDER!

CSHCN Services Program client ID numbers start with nine (9) and end with two zeroes (00). Sometimes you may see the client ID number as 9-123456-00. When you call the TMHP/CSHCN Services Program-Client Line and the Medical Transportation Program, please include all numbers and no dashes. This will help make sure that you are served. ■

Renew Every 12 Months

All CSHCN Services Program clients now renew eligibility every twelve months. The Program will mail a renewal packet and application 60 days before it is time to renew.

Send in your renewal application before the deadline. Be sure to renew on time.

- ▶ If you do not renew by the day your benefits stop, you will be dropped from the Program.
- ▶ If you renew after the deadline and you are approved, you will be placed on the waiting list.

Each year, you will submit a new application including a Physician/Dentist Assessment Form.

Please completely fill out the application and send it to your regional office, listed on page 5, with proof of:

- ▶ Where you live
- ▶ Current income
- ▶ Any other health insurance coverage (including CHIP and/or Medicaid)

You do not need to send proof of date of birth with the renewal application.

When sending in the renewal packet, write the client's name, date of birth, and CSHCN Services Program client ID number on all papers and forms. Make and keep copies of everything you send. Call your regional office with any questions (see page 5 for that number). ■

CSHCN Services Program Website

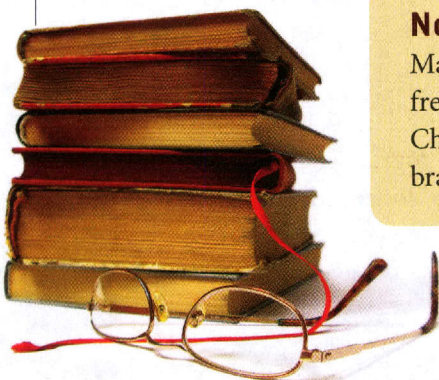
The CSHCN Services Program website, www.dshs.state.tx.us/cshcn, offers useful and important information including:

- ▶ The application, client handbook, and address change form at www.dshs.state.tx.us/cshcn/clapplforms.shtm.
- ▶ A listing of benefits at www.dshs.state.tx.us/cshcn/benefits.shtm.
- ▶ A list of CSHCN Services Program regional and local offices at www.dshs.state.tx.us/cshcn/CSHCN-Regional-and-Local-Offices.shtm.
- ▶ Instructions for using the online provider lookup—where you can find doctors in your area on the TMHP website—at www.dshs.state.tx.us/cshcn/OPLookup.shtm.
- ▶ A News page that lets you know about upcoming events and family conferences at www.dshs.state.tx.us/cshcn/news.shtm.
- ▶ Worksheets, brochures, and web links to help you plan the transition from CSHCN Services Program benefits at www.dshs.state.tx.us/cshcn/transinfo.shtm.
- ▶ Information about a medical home—a partnership between the client, family, and provider—at www.dshs.state.tx.us/cshcn/transinfo.shtm.

For comments or questions about the website or the CSHCN Services Program, please contact cshcn@dshs.state.tx.us. We want to hear from you! ■

No Internet Access?

Many public libraries offer free access to the Internet. Check with your local branch!



OBESITY AND CHILDREN WITH SPECIAL HEALTH CARE NEEDS



According to the Centers for Disease Control and Prevention (CDC), children with special needs are 38% more likely to be obese than other children. Thirteen percent of U.S. families have a child with a special need. Yet too often, children with special needs have been left out of the discussion about obesity.

Children with special needs can require extra care in order to keep a healthy weight. Things that work for other children may not work for them. And things that do work may not be available in their area.

Here are some tips for parents:

- ▶ Keep meal times free from distractions like TV.
- ▶ Encourage your child to savor food by eating slowly.
- ▶ Model good eating habits.
- ▶ Don't use food as a reward or a punishment.
- ▶ Don't let your child skip meals, as this leads to snacking.
- ▶ Learn the right serving sizes for your child's age.
- ▶ Serve vegetables and fruits raw when you can, as they are more filling.
- ▶ If chewing and swallowing are issues, serve healthy foods like yogurt, steamed vegetables, and pureed fruits.
- ▶ If your child usually wants seconds, make the first portion smaller.

Even more helpful tips can be found at www.abilitypath.org. ■

Excerpted with permission from AbilityPath.org, 2010. Please visit www.abilitypath.org/obesityreport for more information.

Flu Shots

Flu season is here, and it's not too late to get a flu shot. It's free from your doctor with the CSHCN Services Program!



The flu usually peaks in January and February. If you haven't had a shot yet, ask your doctor if it is right for you! The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) suggests a flu shot for everyone six months of age or older.

The flu can be very bad for people with long-term health problems. This is particularly true for those who have not received their flu shots! Studies show that most people who die of the flu did not get a flu shot that season.

Children with chronic health conditions such as asthma and neurological conditions are at a much greater risk of complications from the flu. This is also true about children with intellectual disabilities, cancer, and heart and kidney diseases. Visit www.dshs.state.tx.us/txflu/highrisk.aspx for more information.

There are some simple ways to lower your chances of getting the flu. Wash your hands with soap and water. Don't touch your eyes, nose or mouth. Avoid sick people if possible.

How do you know when you have the flu? It may be hard to tell between the flu and a cold or allergies, for example. You may have:

- ▶ Fever or chills
- ▶ Cough and sore throat
- ▶ Runny or stuffy nose
- ▶ Body aches and headache
- ▶ Tiredness
- ▶ Sometimes diarrhea and vomiting

Contact your doctor right away when you think you have the flu if you have a chronic health problem that may be made worse. There are flu drugs that can help, if taken during the first two days of getting sick. They may mean the difference between a short, mild illness and a hospital stay.

And if you are sick? Be sure to cover your nose and mouth when you cough and sneeze – and then throw the tissue away. Stay home for at least 24 hours after your fever is gone. Avoid other people when possible!

For more information, visit www.cdc.gov/flu/index.htm or www.texasflu.org. ■

Attention Renters or Homeowners!

You may be able to make your home more accessible to you at no cost! If you meet the disability and income requirements, you may be able to get:

- ▶ Ramps
- ▶ Grab bars
- ▶ Handrails
- ▶ Roll-in showers
- ▶ Accessible door and faucet handles
- ▶ Buzzing or flashing devices
- ▶ Accessible counters
- ▶ And more!



Hurry, funding is limited! Visit www.tdhca.state.tx.us/texans.htm and type in your city or county under home repair. Or call the Texas Department of Housing and Community Affairs at **1-800-462-4251** and ask if there are groups in your area of Texas that can offer help. ■

What Number Do I Call?

This newsletter and other papers you receive from the CSHCN Services Program give you several phone numbers. Here is a list of numbers with common questions for your convenience.

When do I call the CSHCN Services Program office in my area?

- ▶ You have general questions about the Program.
- ▶ You would like a case manager.
- ▶ You or your child are almost 21 years old and will no longer be able to use the CSHCN Services Program. Your case manager may be able to help find resources within your area.
- ▶ You need services that are not part of the CSHCN Services Program. Your case manager may refer you to services in your area.
- ▶ If you move, your income has changed, someone moved in or out of your home, your health insurance has changed, or the client's diagnosis has changed.

See the following page of this newsletter to find an office near you or call the main customer service line at **1-800-252-8023**.

When do I call the Texas Medicaid & Health Care Partnership (TMHP) at 1-877-888-2350?

- ▶ You need help paying monthly premiums from other forms of health insurance coverage.
- ▶ You have been denied services.
- ▶ You have received a bill for medical services. Client-service staff will give you a ticket number and their name to keep in your records.

When do I call the Main Customer Service Line at 1-800-252-8023?

- ▶ You're at a pharmacy and can't get your medicine.

Where do I call to arrange for a ride to my doctor's office?

- ▶ If you live in the Houston/Beaumont area (counties include Austin, Brazoria, Chambers, Fort Bend, Galveston, Hardin, Harris, Jasper, Jefferson, Liberty, Matagorda, Montgomery, Newton, Orange, Polk, San Jacinto, Tyler, Walker, Waller and Wharton), call **1-855-687-4786**.
- ▶ If you live in the Dallas/Fort Worth area (Collin, Dallas, Denton, Ellis, Hood, Hunt, Johnson, Kaufman, Navarro, Parker, Rockwall, Tarrant and Wise), call **1-855-687-3255**.
- ▶ If you live anywhere else in Texas, call **1-877-633-8747**. ■

See the next page for Program regional and local office telephone numbers.



CF Corner

A Glance at Your Benefits

The CSHCN Services Program accepts clients of any age who have cystic fibrosis (CF).

This means that you can apply at any time and have the same benefits no matter how old you are. You can see doctors for any type of care on our list of benefits. Just be sure to see doctors who are enrolled in the Program.

There are a few types of care you cannot get through the Program. For example, we do not pay for care related to pregnancy (obstetrics). Other ways to get that care are Medicaid for Pregnant Women, CHIP Perinatal, or the Women's Health Program. (Call **2-1-1** or go to **www.texaswomenshealth.org** to learn more.)

If you have questions, call **1-800-252-8023**, your case manager, or your regional office. (See the next page for a list of offices.) ■

CSHCN Services Program Regional and Local Offices

The CSHCN Services Program has offices all over the state of Texas. To get help for your child with special needs or to get a case manager, call the office nearest you.

Region	City	Address	Telephone	Fax
1	Canyon	PO Box 60968 WTAMU Canyon, TX 79016	1-806-655-7151, Ext. 1109	1-806-655-0820
	Lubbock	6302 Iola Ave. Lubbock, TX 79424-2721	1-806-783-6452	1-806-783-6455
2	Abilene	4601 South First Street, Suite L Abilene, TX 79605-1466	1-325-795-5869	1-325-795-5853
	Wichita Falls	PO Box 300 (mailing address) Wichita Falls, TX 76307-0300	1-940-689-5930	1-940-689-5925
3	Arlington	1301 South Bowen Road, Suite 200 Arlington, TX 76013-2262	1-817-264-4624	1-817-264-4911
	Bonham	PO Box 605 (mailing address) 1205-A East Sam Rayburn (physical address) Bonham, TX 75418	1-903-486-9233	1-903-486-9286
	Granbury	214 North Travis Street Granbury, TX 79048	1-817-579-2117	1-817-578-3310
	Denton	3612 East McKinney Denton, TX 76209	1-940-320-8275	1-940-320-8233
	Mockingbird	1545 West Mockingbird Lane, Suite 30C1 Dallas, TX 75235	1-214-819-6760	1-214-819-6796
	Rockwall	102 South First Street, Suite A Rockwall, TX 75087	1-972-772-6180	1-972-771-3080
4	Tyler	1517 West Front Street Tyler, TX 75702-7822	1-877-340-3842	1-903-535-7593
	Athens	708 East Corsicana Athens, TX 75751	1-903-675-9107	1-903-675-3622
	Carthage	1430 South Adams Carthage, TX 75633	1-800-306-0568	1-903-694-2316
	Gilmer	324 Yapaco Gilmer, TX 75644	1-903-843-3030	1-903-843-4264
	Henderson	700 Zeid Blvd. Henderson, TX 75652	1-800-306-0568	1-903-655-0104
	Linden	123 Kaufman PO Box 300 Linden, TX 75563	1-903-756-7231	1-903-756-3159
	Longview	1750 North Eastman Road Longview, TX 75601-3347	1-866-327-1364	1-903-232-3278
	Marshall	4105 Victory Drive Marshall, TX 75670	1-866-327-1364	1-903-927-0249
	Mount Pleasant	1014 North Jefferson Mount Pleasant, TX 75455	1-866-268-6465	1-903-577-8957
	Palestine	320 E. Spring Street, Suite D Palestine, TX 75801	1-903-661-6089	
	Paris	1460 19th Street NW, Paris, TX 75460	1-903-737-0236	1-903-737-0220

Region	City	Address	Telephone	Fax
4 (cont.)	Quitman	PO Box 1704 (mailing address) 213 West Bermuda (physical location) Quitman, TX 75783	1-866-518-0601	1-903-439-9335
	Sulphur Springs	1400 College, Suite 167 Sulphur Springs, TX 75482	1-903-439-9331	1-903-439-9335
	Texarkana	3115 South Lake Drive, Suite 120 Texarkana, TX 75501	1-903-791-3229	1-903-791-3238
5	Center	420 Tenaha Street Center, TX 75935	1-936-591-0525, Ext. 2242	1-936-591-0162
	Crockett	1034 South Fourth Street Crockett, TX 75835	1-936-545-0360	1-936-544-0280
	Jasper	130 West Lamar Jasper, TX 75951	1-409-384-6829, Ext. 231	1-409-384-7861
	Kirbyville	314 North Herndon (physical location) PO Box 900 (mailing address) Kirbyville, TX 75956	1-409-423-7544, Ext. 238	1-409-423-4027
	Livingston	410 East Church Street, Suite B Livingston, TX 77351	1-888-851-4748	1-936-328-8249
	Lufkin	1210 South Chestnut Lufkin, TX 75901	1-936-633-3657	1-936-633-3667
	Nacogdoches	2614 N.W. Stallings Drive Nacogdoches, TX 75964	1-936-569-4918	1-936-569-4989
	Woodville	201 Willow Street, Ste. 200 Woodville, TX 75979	1-888-851-4748	1-936-328-8249
6	Houston	5425 Polk Avenue, Suite J Houston, TX 77023-1497	1-713-767-3111	1-713-767-3125
	Beaumont	285 Liberty Street Beaumont, TX 77701	1-409-951-3091	1-409-951-3029
	Conroe	608 North Drive Loop 336 East Conroe, TX 77301	1-936-760-4704	1-936-760-4707
7	Temple	2408 South 37th Street Temple, TX 76504-1768	1-800-789-2865	1-254-773-2722
	Austin	1601 Rutherford Lane, Suite C3 Austin, TX 78754-5119	1-800-789-2865	1-512-873-6334
	Bastrop	104 Loop 150 West, Suite 102 Bastrop, Texas 78602	1-512-321-2465	1-512-321-4861
	Bryan	3000 Villa Maria Bryan, TX 77803	1-979-776-7489	1-979-731-0191
	Copperas Cove	312 South Main Copperas Cove, TX 76522	1-800-789-2865	1-254-547-9463
	Georgetown	2408 South 37th Street Temple, TX 76504	1-800-789-2865	1-254-773-2722
	Lockhart	1403F Blackjack Street (physical location) PO Box 43 (mailing address) Lockhart, TX 78744	1-512-398-3161	1-512-398-9726

Region	City	Address	Telephone	Fax
7 (cont.)	Navasota	425 N. Lasalle (physical address) PO Box 1287 (mailing address) Navasota, TX 77868	1-936-825-7586	1-936-825-0380
	San Saba	423 E. Wallace San Saba, TX 76877	1-254-757-0679	1-254-753-0879
	Waco	801 Austin Avenue, Suite 820F Waco, TX 76701	1-800-789-2865	1-254-750-9372
8	San Antonio	7430 Louis Pasteur Drive San Antonio, TX 78229-4507	1-210-949-2044	1-210-949-2047
	Uvalde	2201 East Main Uvalde, Texas 78801	1-830-591-4388	1-830-278-1831
	Eagle Pass	1593 Veterans Boulevard Eagle Pass, TX 78852	1-830-758-4254	1-830-773-4688
	Victoria	1502 East Airline, No. 39 Victoria, TX 77901	1-361-574-7421	1-361-574-7396
9/10	El Paso	401 East Franklin, Suite 210 El Paso, TX 799011206	1-915-834-7682	1-915-834-7804
	Midland	2301 N Big Spring Street, Suite 300 Midland, TX 79705	1-432-571-4159	1-432-684-3932
	San Angelo	622 South Oakes, Suite H San Angelo, TX 76903	1-325-659-7853	1-325-655-6798
11	Harlingen	601 West Sesame Drive Harlingen, TX 78550-4040	1-956-423-0130	1-956-444-3293
	Alice	408 N. Flournoy, Suite C Alice, TX 78332	1-361-664-2019	1-361-668-4000
	Corpus Christi	5155 Flynn Pkwy. Corpus Christi, TX 78411	1-361-878-3420	1-361-883-9942
	Laredo	1500 Arkansas Avenue, Suite 3 Laredo, TX 78043-3049	1-956-725-5195	1-956-729-8600
	McAllen	4501 West Business Hwy 83 McAllen, TX 78501-9907	1-956-971-1207	1-956-971-1275
	Mercedes	202 West 2nd Street Mercedes, TX 78570	1-956-825-5300	1-956-825-5320
	Brownsville	1000 W. Price Road Brownsville, TX 78521	1-956-554-5554	1-956-554-5581
	Rio Grande City	608 N. Garza Rio Grande City, TX 78582	1-956-487-5556	1-956-487-8865

Remember! You must apply to the CSHCN Services Program every twelve months. Send your application to the office nearest you. To find the office or to get answers to your questions, look in the application booklet, call **1-800-252-8023**, or go to **www.dshs.state.tx.us/cshcn**.

Address Change Form—*Formulario de cambio de domicilio*

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

Si se mudó, rellene y mande este formulario con una copia del documento requerido para que actualicemos nuestros registros. Escriba en letra de molde.

CSHCN Client's Name/Nombre del cliente de CSHCN	CSHCN Case No./ N.o de caso de CSHCN:	
Parent's/Guardian's Name/ Nombre del padre, la madre o el tutor:	Telephone No./Teléfono:	
Street Address/Domicilio:	Apartment No./N.o de apartamento:	
City/Ciudad:	State/Estado:	ZIP Code/Código postal:
Parent's/Guardian's Signature/Firma del Padre, la madre o el 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:

Documento requerido adjunto (requerimos una copia de uno de los siguientes comprobantes de residencia). Marque abajo el documento que mandará con este formulario:

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Current utility bill (electricity, water, telephone) <input type="checkbox"/> Current lease agreement (with landlord's name, address, and telephone number) <input type="checkbox"/> Current mortgage bill or payment <input type="checkbox"/> Current rent receipt (with landlord's name, address, and telephone number) <input type="checkbox"/> Current Texas Driver's License <input type="checkbox"/> Current Texas Motor Vehicle Registration <input type="checkbox"/> Current Texas Voter Registration <input type="checkbox"/> Current school records showing attendance in a Texas school <input type="checkbox"/> Current Texas medical care identification (Medicaid ID) | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> <i>Factura actual de servicios públicos (electricidad, agua, teléfono)</i> <input type="checkbox"/> <i>Acuerdo actual de renta (con el nombre, domicilio y teléfono de quien le renta)</i> <input type="checkbox"/> <i>Factura o pago actual de hipoteca</i> <input type="checkbox"/> <i>Recibo actual de renta (con el nombre, domicilio y teléfono de quien le renta)</i> <input type="checkbox"/> <i>Licencia actual de conducir de Texas</i> <input type="checkbox"/> <i>Registro actual de automóvil de Texas</i> <input type="checkbox"/> <i>Registro actual de votante de Texas</i> <input type="checkbox"/> <i>Registros escolares actuales que muestren la asistencia a una escuela de Texas</i> <input type="checkbox"/> <i>Identificación actual de atención médica (identificación de Medicaid) de Texas</i> |
|--|---|

Mail to/Mándelos por correo postal a:

CSHCN Services Program
MC 1938
Department of State Health Services
PO Box 149347
Austin TX 78714-9347
1-800-252-8023

boletín

Noviembre de 2013

para familias

An English version
of this newsletter
begins on page 1.



¿Recibió una factura?

¿Recibió una factura médica? ¡No espere para actuar! ¡Evite el mal crédito y las agencias de cobro!

Primero llame a la oficina médica. Averigüe si aceptan prestaciones del Programa de Servicios para CSHCN? En caso que sí, enséñeles su forma de identificación del Programa de Servicios para CSHCN.

Si el problema no se resuelve, envíe una copia de la factura junto con una nota a:

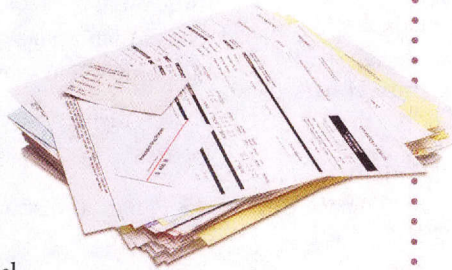
TMHP/CSHCN Services Program
Client Correspondence
P.O. Box 202018
Austin, TX 78720-2018

Explique en pocas palabras el problema. Escriba lo que le dijeron en el consultorio del doctor. Incluya el nombre del cliente del Programa de Servicios para CSHCN junto con el número de identificación de cliente. El administrador de casos le puede ayudar si lo desea.

La respuesta a su carta podría tardar treinta días.

Posiblemente querrá poder llamar a la Línea del cliente de TMHP / Programa de Servicios para CSHCN al **1-877-888-2350** para preguntarles si el consultorio del doctor envió la factura. Escriba el nombre de la persona con quien habló, así como el número de boleto que le dieron. Guárdelo en su archivo.

Para evitar recibir facturas médicas, visite únicamente a los doctores del Programa de Servicios para CSHCN. Asegúrese de dar siempre a la oficina su número de identificación del Programa de Servicios para CSHCN y enséñeles su formulario de prestaciones. ■



Renovar su inscripción cada 12 meses

Todos los clientes del Programa de Servicios para CSHCN ahora deben renovar su calificación cada doce meses. El Programa le enviará un paquete de renovación junto con una solicitud 60 días antes de que sea tiempo de renovar.

Envíe su solicitud de renovación antes de la fecha límite. Asegúrese de renovar a tiempo.

- Si no renueva antes del día en que terminen sus prestaciones, le sacarán del programa.
- Si renueva después de la fecha límite y aprueban su solicitud, le colocarán en la lista de espera.

Cada año, tendrá que presentar una nueva solicitud que debe incluir un Formulario de Evaluación del Médico/Dentista.

Por favor llene completamente la aplicación y enviarlo a la oficina regional, de los que se indican en la página 5, con la prueba de:

- Donde vive
- Sus ingresos actuales
- Cualquier otra cobertura de seguro de salud (incluyendo CHIP y/o Medicaid)

No tiene que enviar prueba de fecha de nacimiento con la solicitud de renovación.

Cuando envíe el paquete de renovación, escriba el nombre, la fecha de nacimiento y el número de Programa de Servicios para CSHCN del cliente en todos las hojas y formularios. Haga y mantenga copias de todo lo que envíe. Llame a la oficina regional con cualquier pregunta - consulte la página 13 para obtener ese número! ■

RECORDATORIO

Los números de identificación de cliente del Programa de Servicios para CSHCN comienzan con nueve (9) y terminan con dos ceros (00). A veces el número de identificación de cliente podría aparecer como 9-123456-00. Siempre que llame a la Línea de Ayuda al Cliente de TMHP/Programa de Servicios para CSHCN y al Programa de Transporte Médico, por favor incluya todos los números, pero sin guiones. Esto ayudará para que le atiendan. ■

Sitio Web de Programa de Servicios para CSHCN

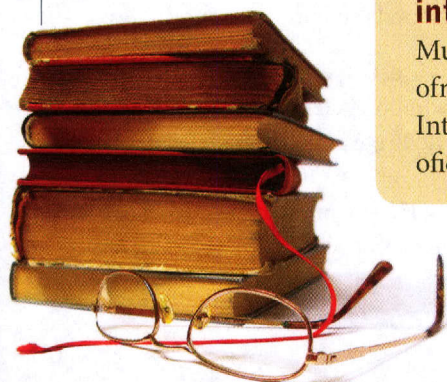
El sitio web del Programa de Servicios para CSHCN, www.dshs.state.tx.us/cshcn/default-span.shtm, ofrece información útil e importante como:

- La aplicación, manual del cliente y forma para cambio de dirección en www.dshs.state.tx.us/cshcn/clappforms-span.shtm.
- Una lista de beneficios en www.dshs.state.tx.us/cshcn/client-span.shtm.
- Una lista de oficinas regionales y locales de programa de Servicios para CSHCN en www.dshs.state.tx.us/cshcn/Oficinas-CSHCN-regionales-y-locales.shtm.
- Instrucciones para el uso en línea la búsqueda del proveedor, donde se puede encontrar médicos en su área en el sitio web TMHP en www.dshs.state.tx.us/cshcn/OPLookup.shtm (en inglés).
- Una página de noticias que le permite saber sobre próximos eventos y conferencias familiares en www.dshs.state.tx.us/cshcn/Noticias.shtm.
- Hojas de trabajo, folletos, y enlaces para ayudarle a planificar la transición de los beneficios del programa de Servicios para CSHCN en www.dshs.state.tx.us/cshcn/transinfoSpanish.shtm.
- Información sobre un hogar médico – una alianza entre el cliente, familia y proveedor – en www.dshs.state.tx.us/cshcn/medicalhome/Todo-ni%C3%B1o-merece-un-hogar-m%C3%A9dico.aspx.

Para comentarios o preguntas sobre el sitio web o el Programa de Servicios para CSHCN, por favor póngase en contacto con cshcn@dshs.state.tx.us. Queremos saber de usted! ■

No hay acceso a internet?

Muchas bibliotecas públicas ofrecen acceso gratuito a Internet. Consulte con su oficina local!



LA OBESIDAD Y LOS NIÑOS CON NECESIDADES DE SALUD ESPECIALES



Según los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (o CDC), es 38% más probable que los niños con necesidades especiales sean obesos que los demás niños. El trece por ciento de las familias de EE. UU. tienen un niño con una necesidad especial. Sin embargo, los niños con necesidades

especiales han sido excluidos con demasiada frecuencia de la discusión sobre la obesidad.

Los niños con necesidades especiales pueden requerir un mayor atención para mantener un peso sano. Las cosas que funcionan para los demás niños podrían no funcionar para ellos. Además, las cosas que sí funcionan podrían no estar disponibles en su área.

Los siguientes son algunos consejos prácticos para los padres:

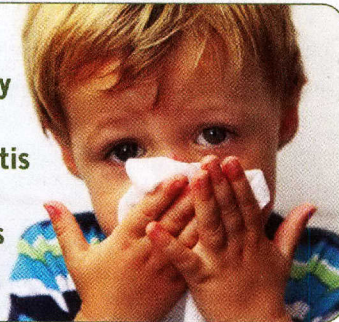
- Evite las distracciones como la TV durante la hora de comer.
- Anime a su hijo a que saboree los alimentos comiendo lentamente.
- Ponga el ejemplo de los buenos hábitos alimentarios.
- No use los alimentos como recompensa ni castigo.
- No deje que su hijo se salte las comidas, ya que eso ocasionará que coma refrigerios.
- Infórmese de las porciones correctas para la edad de su hijo.
- Sirva las frutas y verduras crudas cuando pueda, ya que estas son más llenadoras.
- Si tiene problemas de masticar y tragar, sirva alimentos sanos como el yogur, las verduras al vapor y los purés de fruta.
- Si su hijo suele pedir más comida, sírvale menos en la primera porción.

Puede encontrar consejos prácticos aún más útiles en www.abilitypath.org. ■

Extraído con el permiso de AbilityPath.org, 2010. Visite www.abilitypath.org/obesity-report para obtener más información.

Vacuna contra la gripe

Ya llegó la temporada de la gripe, y no es muy tarde para vacunarse contra la gripe. Es gratis de su médico con el Programa de Servicios para CSHCN.



La gripe generalmente alcanza su punto crítico en enero y febrero. Si todavía no se ha vacunado, ¡pregúntele a su doctor si lo debería hacer! Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades sugieren que toda persona de seis meses de edad o más se vacune contra la gripe.

La gripe puede ser muy seria para las personas con problemas de salud prolongados. Esto es muy cierto ¡especialmente para las personas que no han recibido sus vacunas contra la gripe! Los estudios indican que la mayoría de la gente que muere de la gripe no se vacunó contra la gripe en esa temporada.

Los niños con enfermedades crónicas como el asma y enfermedades neurológicas tienen un mayor riesgo de complicaciones de la gripe. Esto también es cierto acerca de los niños con discapacidad intelectual, el cáncer y las enfermedades del corazón y los riñones. Visite a www.dshs.state.tx.us/txflu/highrisk.aspx para más información, disponible solo en inglés.

Hay maneras sencillas de bajar su riesgo de contraer la gripe. Lávese las manos con jabón y agua. No se toque los ojos, la nariz ni la boca. Evite a las personas enfermas si es posible.

¿Cómo se sabe si una persona tiene gripe? Por ejemplo, podría ser difícil saber la diferencia entre la gripe y un resfrío o una alergia. Podría ser que tenga:

- Fiebre o escalofrío
- Tos y dolor de garganta
- Secreción o congestión nasal
- Dolores de cuerpo y dolor de cabeza
- Cansancio
- A veces diarrea y vómito

Si piensa que tiene gripe, consulte enseguida a su doctor para saber si usted tiene algún problema de salud crónico que podría empeorarse. Hay medicamento para la gripe que puede ayudar, si lo toma en los primeros dos días después de enfermarse. Podría significar la diferencia entre una enfermedad no grave de poca duración y una estancia en el hospital.

¿Y si está enfermo? Asegúrese de cubrirse la nariz y la boca cuando tosa y estornude, y luego tire a la basura el pañuelo desechable. Permanezca en su casa por lo menos 24 horas después de que desaparezca la fiebre. ¡Evite el contacto con otras personas si es posible!

Para obtener más información, visite el sitio <http://espanol.cdc.gov/enes/flu/index.htm> o www.texasflu.org/Index-sp.html. ■

¡Atención inquilinos y dueños de casa!

¡Quizá pueda hacer que su casa sea accesible para usted sin costo alguno! Si cumple los requisitos de discapacidades e ingresos, quizá pueda obtener:

- Rampas
- Barras de apoyo
- Pasamanos
- Duchas adaptadas para silla de ruedas
- Picaportes y llaves de agua accesibles
- Dispositivos que emiten zumbidos o luz intermitente
- Encimeras accesibles
- ¡Y más!



¡Dese prisa, los fondos son limitados! Visite www.tdhca.state.tx.us/texans-sp.htm y escriba su ciudad o condado bajo reparación de vivienda. O llame al Departamento de Vivienda y Asuntos Comunitarios de Texas al **1-800-462-4251** y pregunte si hay grupos en su área de Texas que puedan ofrecer ayuda. ■

¿A cuál número llamo?

Este boletín, así como otros documentos que reciba del Programa de Servicios para CSHCN le dan algunos números de teléfono. Aquí aparece una lista de números con preguntas frecuentes para su comodidad.

¿Cuándo debo llamar a la oficina del Programa de Servicios para CSHCN en mi área?

- ▶ Tiene una pregunta general sobre el Programa.
- ▶ Necesita que le den un administrador de casos.
- ▶ Su niño tiene casi 21 años de edad y ya no va a poder utilizar el Programa de Servicios para CSHCN. Su administrador de casos quizás pueda encontrar recursos dentro de su área.
- ▶ Necesita servicios que no son parte del Programa de Servicios para CSHCN. Su administrador de casos quizá le pueda derivar a los servicios en su área.
- ▶ Si se muda, o hay cambio en sus ingresos, alguien se ha mudado a o de su casa, ha cambiado su seguro médico o ha cambiado el diagnóstico del cliente.

Consulte la próxima página de este boletín para buscar una oficina cercana o llame a la línea principal de servicio al cliente en **1-800-252-8023**.

¿Cuándo debo llamar a Texas Medicaid & Health Care Partnership (TMHP) al 1-877-888-2350?

- ▶ Necesita ayuda para pagar sus primas mensuales de otros tipos de cobertura de seguro de salud.
- ▶ Le han negado servicios.
- ▶ Le han enviado una factura por servicios médicos. Un representante de servicio al cliente le dará un número de boleto y su nombre para que los guarde en sus archivos.

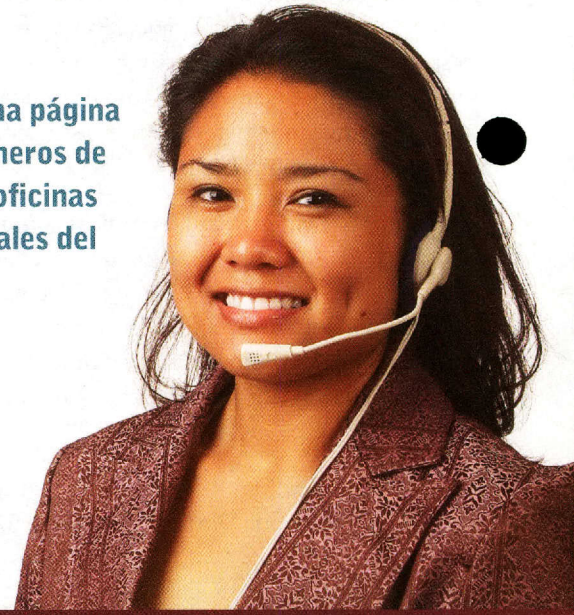
¿Cuándo debo llamar a la línea principal de servicio a cliente al 1-800-252-8023?

- ▶ Se encuentra en una farmacia y no puede obtener su medicamento.

¿A dónde llamo para pedir que me lleven a la oficina de mi doctor?

- ▶ Si vive en el área de Houston/Beaumont (los condados de Austin, Brazoria, Chambers, Fort Bend, Galveston, Hardin, Harris, Jasper, Jefferson, Liberty, Matagorda, Montgomery, Newton, Orange, Polk, San Jacinto, Tyler, Walker, Waller y Wharton), llame al **1-855-687-4786**.
- ▶ Si vive en el área de Dallas/Fort Worth (los condados de Collin, Dallas, Denton, Ellis, Hood, Hunt, Johnson, Kaufman, Navarro, Parker, Rockwall, Tarrant y Wise), llame al **1-855-687-3255**.
- ▶ Si vive en cualquier otro lugar en Texas, llame al **1-877-633-8747** ■

Vaya a la próxima página para ver los números de teléfono de las oficinas regionales y locales del Programa.



Rincón CF

Una mirada ligera de sus prestaciones

El Programa de Servicios CSHCN acepta clientes de cualquier edad que tengan fibrosis quística (FQ).

Esto significa que se puede aplicar en cualquier momento y tener las mismas prestaciones sin importar la edad que tenga. Puede visitar a un doctor para cualquier tipo de cuidado que aparezca en nuestra lista de prestaciones. Sólo que debe asegurarse de consultar únicamente a los doctores que estén inscritos en nuestro programa.

Hay ciertos tipos de cuidados que no puede recibir con este Programa. Por ejemplo, no ofrecemos cuidado relacionado al embarazo (obstetricia). Hay otras maneras de obtener ese cuidado tales como Medicaid para mujeres embarazadas, CHIP Perinatal, o el Programa de Salud de la Mujer. (Llame al **2-1-1** o visite el sitio www.texaswomenshealth.org para obtener más información.)

Si tiene alguna pregunta, llame a **1-800-252-8023**, a su administrador de casos o a la oficina regional. (Consulte la página 13 para obtener una lista de las oficinas). ■

Oficinas locales del Programa de Servicios para CSHCN

El Programa de Servicios para CSHCN tiene oficinas en todo el estado de Texas. Para obtener ayuda para su hijo con necesidades especiales o para que le asignen un administrador de casos, llame a la oficina más cercana.

Region	Ciudad	Dirección	Teléfono	Fax
1	Canyon	PO Box 60968 WTAMU Canyon, TX 79016	1-806-655-7151, Ext. 1109	1-806-655-0820
	Lubbock	6302 Iola Ave. Lubbock, TX 79424-2721	1-806-783-6452	1-806-783-6455
2	Abilene	4601 South First Street, Suite L Abilene, TX 79605-1466	1-325-795-5869	1-325-795-5853
	Wichita Falls	PO Box 300 (mailing address) Wichita Falls, TX 76307-0300	1-940-689-5930	1-940-689-5925
3	Arlington	1301 South Bowen Road, Suite 200 Arlington, TX 76013-2262	1-817-264-4624	1-817-264-4911
	Bonham	PO Box 605 (mailing address) 1205-A East Sam Rayburn (physical address) Bonham, TX 75418	1-903-486-9233	1-903-486-9286
	Granbury	214 North Travis Street Granbury, TX 79048	1-817-579-2117	1-817-578-3310
	Denton	3612 East McKinney Denton, TX 76209	1-940-320-8275	1-940-320-8233
	Mockingbird	1545 West Mockingbird Lane, Suite 3001 Dallas, TX 75235	1-214-819-6760	1-214-819-6796
	Rockwall	102 South First Street, Suite A Rockwall, TX 75087	1-972-772-6180	1-972-771-3080
4	Tyler	1517 West Front Street Tyler, TX 75702-7822	1-877-340-8842	1-903-535-7593
	Athens	708 East Corsicana Athens, TX 75751	1-903-675-9107	1-903-675-3622
	Carthage	1430 South Adams Carthage, TX 75633	1-800-306-0563	1-903-694-2316
	Gilmer	324 Yapaco Gilmer, TX 75644	1-903-843-3030	1-903-843-4264
	Henderson	700 Zeid Blvd. Henderson, TX 75652	1-800-306-0563	1-903-655-0104
	Linden	123 Kaufman PO Box 300 Linden, TX 75563	1-903-756-7231	1-903-756-3159
	Longview	1750 North Eastman Road Longview, TX 75601-3347	1-866-327-1364	1-903-232-3278
	Marshall	4105 Victory Drive Marshall, TX 75670	1-866-327-1364	1-903-927-0249
	Mount Pleasant	1014 North Jefferson Mount Pleasant, TX 75455	1-866-268-6465	1-903-577-8957
	Palestine	320 E. Spring Street, Suite D Palestine, TX 75801	1-903-661-6089	
	Paris	1460 19th Street NW, Paris, TX 75460	1-903-737-0236	1-903-737-0220

Region	Ciudad	Dirección	Teléfono	Fax
4 (cont.)	Quitman	PO Box 1704 (mailing address) 213 West Bermuda (physical location) Quitman, TX 75783	1-866-518-0601	1-903-439-9335
	Sulphur Springs	1400 College, Suite 167 Sulphur Springs, TX 75482	1-903-439-9331	1-903-439-9335
	Texarkana	3115 South Lake Drive, Suite 120 Texarkana, TX 75501	1-903-791-3229	1-903-791-3238
5	Center	420 Tenaha Street Center, TX 75935	1-936-591-0525, Ext. 2242	1-936-591-0162
	Crockett	1034 South Fourth Street Crockett, TX 75835	1-936-545-0360	1-936-544-0280
	Jasper	130 West Lamar Jasper, TX 75951	1-409-384-6829, Ext. 231	1-409-384-7861
	Kirbyville	314 North Herndon (physical location) PO Box 900 (mailing address) Kirbyville, TX 75956	1-409-423-7544, Ext. 238	1-409-423-4027
	Livingston	410 East Church Street, Suite B Livingston, TX 77351	1-888-851-4748	1-936-328-8249
	Lufkin	1210 South Chestnut Lufkin, TX 75901	1-936-633-3657	1-936-633-3667
	Nacogdoches	2614 N.W. Stallings Drive Nacogdoches, TX 75964	1-936-569-4918	1-936-569-4989
	Woodville	201 Willow Street, Ste. 200 Woodville, TX 75979	1-888-851-4748	1-936-328-8249
6	Houston	5425 Polk Avenue, Suite J Houston, TX 77023-1497	1-713-767-3111	1-713-767-3125
	Beaumont	285 Liberty Street Beaumont, TX 77701	1-409-951-3091	1-409-951-3029
	Conroe	608 North Drive Loop 336 East Conroe, TX 77301	1-936-760-4704	1-936-760-4707
7	Temple	2408 South 37th Street Temple, TX 76504-1768	1-800-789-2865	1-254-773-2722
	Austin	1601 Rutherford Lane, Suite C3 Austin, TX 78754-5119	1-800-789-2865	1-512-873-6334
	Bastrop	104 Loop 150 West, Suite 102 Bastrop, Texas 78602	1-512-321-2465	1-512-321-4861
	Bryan	3000 Villa Maria Bryan, TX 77803	1-979-776-7489	1-979-731-0191
	Copperas Cove	312 South Main Copperas Cove, TX 76522	1-800-789-2865	1-254-547-9463
	Georgetown	2408 South 37th Street Temple, TX 76504	1-800-789-2865	1-254-773-2722
	Lockhart	1403F Blackjack Street (physical location) PO Box 43 (mailing address) Lockhart, TX 78744	1-512-398-3161	1-512-398-9726
7 (cont.)	Navasota	425 N. Lasalle (physical address) PO Box 1287 (mailing address) Navasota, TX 77868	1-936-825-7586	1-936-825-0380
	San Saba	423 E. Wallace San Saba, TX 76877	1-254-757-0679	1-254-753-0879
	Waco	801 Austin Avenue, Suite 820F Waco, TX 76701	1-800-789-2865	1-254-750-9372

Region	Ciudad	Dirección	Teléfono	Fax
8	San Antonio	7430 Louis Pasteur Drive San Antonio, TX 78229-4507	1-210-949-2044	1-210-949-2047
	Uvalde	2201 East Main Uvalde, Texas 78801	1-830-591-4388	1-830-278-1831
	Eagle Pass	1593 Veterans Boulevard Eagle Pass, TX 78852	1-830-758-4254	1-830-773-4688
	Victoria	1502 East Airline, No. 39 Victoria, TX 77901	1-361-574-7421	1-361-574-7396
9/10	El Paso	401 East Franklin, Suite 210 El Paso, TX 799011206	1-915-834-7682	1-915-834-7804
	Midland	2301 N Big Spring Street, Suite 300 Midland, TX 79705	1-432-571-4159	1-432-684-3932
	San Angelo	622 South Oakes, Suite H San Angelo, TX 76903	1-325-659-7853	1-325-655-6798
11	Harlingen	601 West Sesame Drive Harlingen, TX 78550-4040	1-956-423-0130	1-956-444-3293
	Alice	408 N. Flournoy, Suite C Alice, TX 78332	1-361-664-2019	1-361-668-4000
	Corpus Christi	5155 Flynn Pkwy. Corpus Christi, TX 78411	1-361-878-3420	1-361-883-9942
	Laredo	1500 Arkansas Avenue, Suite 3 Laredo, TX 78043-3049	1-956-725-5195	1-956-729-8600
	McAllen	4501 West Business Hwy 83 McAllen, TX 78501-9907	1-956-971-1207	1-956-971-1275
	Mercedes	202 West 2nd Street Mercedes, TX 78570	1-956-825-5300	1-956-825-5320
	Brownsville	1000 W. Price Road Brownsville, TX 78521	1-956-554-5554	1-956-554-5581
	Rio Grande City	608 N. Garza Rio Grande City, TX 78582	1-956-487-5556	1-956-487-8865

¡Recuerde! Usted debe hacer una solicitud ante el Programa de Servicios para CSHCN cada doce meses. Envíe su solicitud a la oficina más cercana. Para encontrar la oficina o para obtener respuestas a sus preguntas, vea el folleto de solicitud, llame al **1-800-252-8023**, o consulte www.dshs.state.tx.us/cshcn/default-span.shtm.



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

Phone: 1-512-776-7355 or 1-800-252-8023 (toll-free)
 Fax: 1-800-441-5133

PRSR STD
 U.S. POSTAGE
 PAID
 TMHP

Children With Special Health Care Needs (CSHCN) Services Program

newsletter for families

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

boletín para familias

In This Issue

Did You Get a Bill?	1
Renew Every 12 Months	1
CSHCN Services Program Website.....	2
Obesity and Children with Special health Care Needs.....	2
Attention Renters or Homeowners!.....	3
Flu Shots	3
What Number Do I Call?	4
CF Corner: A Glance at Your Benefits.....	4
CSHCN Services Program Regional and Local Offices.....	5
Address Change Form	8

En este número

Formulario para cambio de dirección	8
¿Recibió una factura?	9
Renovar su inscripción cada 12 meses	9
Sitio Web de Programa de Servicios para CSHCN	10
La obesidad y los niños con necesidades de salud especiales..	10
Vacuna contra la gripe	11
¡Atención inquilinos y dueños de casa!	11
¿A cuál número llamo?	12
Rincón CF: Una mirada ligera de sus prestaciones.....	12
Oficinas locales del Programa de Servicios para CSHCN	13