

CHILDREN WITH SPECIAL HEALTH CARE NEEDS (CSHCN) SERVICES PROGRAM

Newsletter for Families

July 2025

**STAYING
SAFE IN
THE SUN**

PAGE 2

P. 3

**Summer Recipes
for Warm Days**

P. 5

**It's Back-to-School
Time**

P. 7

**Health Service
Regional Offices**

STAYING SAFE IN THE SUN



Playing and relaxing outside and enjoying the sunshine is good for you. The sun boosts much-needed vitamin D levels in our bodies, but overexposure can be dangerous.

Teaching your child about the importance of sun safety can protect them from the sun's harmful rays and encourage healthy habits early on. To avoid the risks of overexposure to the sun, take precautions to protect your child during outdoor activities.

Limit Sun Exposure

Did you know ultraviolet (UV) radiation from the sun can harm our eyes and skin even on cloudy days? Before you go outside, check the EPA UV Index at [enviro.epa.gov/envirofacts/uv/search](https://www.epa.gov/envirofacts/uv/search) for current UV radiation levels. A reading of 6 to 7 means the risk for sun damage is high when out in the sun unprotected, so be sure to dress appropriately and apply sun protection to avoid UV harm.



The following tips can help your child enjoy the outdoors safely:

- Avoid being out in the sun for long periods between 10 a.m. and 4 p.m. when the sun's rays are strongest.
- Babies younger than 6 months should never be in direct sunlight. When outside with your newborn, shade them with a hat, umbrella, stroller canopy, etc.
- Dress your child in loose, comfortable clothing made from a breathable fabric, like cotton or linen, that covers the body.
- Choose sunglasses that provide at least 99% UV protection.

Choose the Right Sunscreen

With so many sunscreen options to choose from, it's important to pick one that's suitable for your child's skin type.

When choosing a sunscreen:

- Look for the words "broad-spectrum" on the label to ensure the sunscreen protects against both UVA and UVB rays.
- Select a sunscreen with a sun protection factor (SPF) of 15 or higher.
- Avoid sunscreens with oxybenzone, which may cause hormonal disruptions.

Sun Care for Children With Special Needs

Children who take medication may face an increased risk of heat-related illnesses. Check your child's prescription bottles for warnings about sun exposure.

For non-ambulatory children who use a wheelchair, remember that any metal portions on their chair may become hot under direct sunlight. Protect your child from contact burns by covering any parts of the wheelchair they may touch.

Treating Sunburn

Despite our best efforts to protect our children from the sun, sunburns can still happen. The following tips can help your child recover comfortably from a sunburn:

- Give your child water to replace lost fluids.
- Pat the sunburned area with a clean, damp cloth. Do not apply medicated lotion unless approved by your child's doctor.
- If your child is older than 6 months, give them ibuprofen to relieve pain or discomfort.
- Consult a pediatrician if the sunburn develops blisters or if your child gets a fever.
- Keep your child out of the sun until their sunburn has fully healed. ■

Summer Recipes for Warm Days

With sunny summer days just around the corner, cool off with these easy recipes the whole family can make together:

Homemade Lemonade

Ingredients:

- 4 lemons
- 1 cup of sugar
- 5 cups of cold water
- Ice cubes

Directions:

1. Roll the lemons on the counter to make them easier to juice. Cut each lemon in half and squeeze the juice into a bowl or directly into the pitcher.
2. Add 1 cup of sugar into the pitcher with the lemon juice. Stir it well until the sugar is fully dissolved. (If you want it less sweet, you can add less sugar.)
3. Pour 5 cups of cold water into the pitcher. Stir again to mix everything together.
4. Taste the lemonade to test its sweetness. If it's too sour, you can add a little more sugar or water to change the taste.
5. Serve and enjoy. Add some ice cubes if you want it extra cold. You can also add a few mint leaves or berries for some fun flavors.



Easy Pasta Salad

Ingredients:

- 2 cups of pasta (try using macaroni, bow tie, or any shape you like)
- 1 cup cherry tomatoes
- 1 cup shredded cheese (cheddar or mozzarella)
- ½ cup Italian dressing (store-bought or homemade)
- Salt and pepper

Directions:

1. Boil a pot of water, then add the pasta. Cook for around 10 minutes, or until the pasta is soft. Drain the pasta, then let it cool for a few minutes.
2. As the pasta cools, wash the cherry tomatoes and cut them in half. (Kids can help with this using a safe plastic knife.)

3. In a big bowl, add the cooled pasta, chopped tomatoes, and shredded cheese. Stir everything together.
4. Pour the Italian dressing over the salad and mix it well so everything is coated.
5. Taste the pasta salad. Try adding a pinch of salt and pepper to make it tastier.
6. Store the salad in the fridge for 30 minutes or until it's cold. Then it's ready to eat.

Strawberry Yogurt Parfait

Ingredients:

- 1 cup of plain or vanilla yogurt
- ½ cup of fresh strawberries (or more if you like)
- ¼ cup of granola
- 1–2 teaspoons of honey or maple syrup (optional, for sweetness)

Directions:

1. Wash the strawberries and cut off the stems, then chop them into small pieces. (Kids can help with this.)
2. If you're using plain yogurt and want it sweeter, add honey or maple syrup and stir it in.
3. In a clear glass or cup, add a spoonful of yogurt at the bottom. Then add a layer of chopped strawberries, followed by a layer of granola.
4. Keep layering the yogurt, strawberries, and granola until you run out of ingredients. You can top it with a few more strawberries and a drizzle of honey if you like.
5. Serve the parfait right away for a fresh, delicious treat. ■



Safe Travels

How planning ahead can make travel easier for you and your family.

When You Plan to Fly

The Transportation Security Administration (TSA) has a helpline for travelers with special needs who need help during security screenings. Call 72 hours before your trip to ask about screenings.

TSA Cares helpline: **855-787-2227**

- Weekdays: 7 a.m. to 10 p.m. Central time
- Weekends or holidays: 8 a.m. to 7 p.m. Central time

For other TSA customer service information, call the TSA Contact Center at **866-289-9673**.

The TSA Contact Center has automated information 24 hours a day. To speak to an agent, call during these times:

- Weekdays: 7 a.m. to 10 p.m. Central time
- Weekends and holidays: 8 a.m. to 7 p.m. Central time

Follow the TSA rules for packing. During the trip, keep all of these things nearby:

- TSA-approved IDs for all adults
- Your CSHCN client information
- Emergency contact information
- Medication for everyone traveling

Airlines

Some airlines may require that a safety assistant travel with a person who has special needs.

Look at your airline's website for information about your travel needs. You must contact the airline about any of these items:

- Respirators, personal oxygen concentrators, and other medical equipment that must be used in-flight, especially those with batteries
- Electric wheelchairs being carried on small planes
- Emotional support or service animals in the cabin
- Special meals

Airlines can also require a safety assistant for a person who needs help with medical, feeding, and bathroom needs.

Note: If you need wheelchair-accessible ride services, call the ride service before your trip. Some ride services may need to schedule a special car or van so that it will be ready for you.

When You Go by Car

As children grow, their car seats change to adapt to their growing bodies. It's important to always make sure your child's car seat is the right fit. When you shop for a new car seat or booster seat, choose the right seat for your child's weight and height. The Texas Department of Transportation has helpful information for choosing a car seat at texasclickitorticket.com/carseatshopping.html.

Proper car seat installation helps keep everyone safe. The Texas Department of Transportation has expert technicians who will check your car seat installation, so you know it's safe. This service is free.

To find an expert, go to savemewithaseat.org.

On the site:

- Enter your ZIP code. Click **Submit**.

- Click the office link that appears.
- Enter your name, phone number, email address, and the number of car seats you use.
- Click **Submit**. This action will send your request to a technician in your area. The technician will call you or send you an email to set up a time to check your car seat or booster seat.

The Texas Department of State Health Services Safe Riders Child Passenger Safety Program refers eligible Texas residents to receive child passenger safety education and a free car seat. For more information, visit dshs.texas.gov/injury-prevention/safe-riders. Call **800-252-8255** to see if you qualify.

Hotels and Motels

Call ahead or send an email to ask about your family's needs. For example, if you have medications or special foods that need to be refrigerated, ask about an in-room refrigerator.

Helpful Hints

- A practice trip to the airport to watch the airplanes and hear them take off can reduce anxiety about flying.
- Noise-reducing headphones lessen stressful noises.
- A favorite blanket or toy can soothe a child.
- Relaxation and downtime are good for every busy traveler. ■

It's Back-to-School Time



Before you know it, the new school year will be here. Here are a few back-to-school tips to help get you and your children ready:

Organize All Paperwork

As a parent, you're familiar with the large amount of paperwork you receive throughout the school year. From school events to permission slips, it's a lot to keep up with — but a little organization can help. Try setting up a binder or folder to keep important paperwork in one place.

Start a Communication Log

Create a communication log to keep track of important phone calls, emails, and notes. Store it in the same binder or folder with other important paperwork.

Ease Back-to-School Jitters

It's normal for kids to feel all sorts of feelings about going back to school. Though each child is different, you can take steps to make the transition smoother.

Talk to your child about the new school year beforehand. Talk about any new classes, activities, or events they may be part of. If your child is attending a new school or changing teachers, schedule a tour of the school. You can also set up a meet-and-greet with the teacher before classes start. Speaking about changes can help ease worry.

Stay Up-to-Date on Special Education News

Informed parents are better advocates for their children. This means that the more you know, the better prepared you'll be to help support your child's education.

Keep a Routine

Once school begins, keep a routine so your child will know what to expect. If possible, start the new routine one or two weeks before school begins to get used to the new schedule.

Attend School Events

Be involved. Attend your child's school open house, back-to-school night, and parent-teacher conferences. By going to these events, you send a message to your child that school is important. You and your child will have stronger connections with the school, teachers, staff, and the other students and their families.

Share your child's strengths, abilities, and any special needs they may have with school staff. Also, share any changes to your child's health or well-being that might affect their education. Building a strong parent-teacher relationship from the start is key to your child's success.

Whether it's the first day of school or the last, make sure your child knows you're there to listen to their feelings and concerns. Encourage your child to try their best. Most importantly, be sure your child knows that they can count on you no matter what.

*Adapted from readingrockets.org/article/back-school-tips-parents-children-special-needs. ■



GETTING YOUR MEDICINE

Always take your Notice of Eligibility with you when you go to the drugstore. When you do, the drugstore will know to bill the program for the cost of the medicine that your doctor has prescribed for you.

For prescriptions to be paid for by the CSHCN Services Program, drugstores need this information:

- **BIN:** 025417/**PCN:** DRTXPROD
- **GroupID:** CSHCN

If you have other insurance (for example, through your work), the program will cover any co-payments you would normally have to pay.

Remember, for the program to pay the cost of your medicine or any co-payments, the drugstore must be enrolled in the program. To find out if your drug store is enrolled, call us at **800-222-3986** or visit txvendordrug.com/providers/pharmacy-search. ■





DATES OF INTEREST

JULY 2025

UV Safety Month

UV Safety Month is observed in July. To learn more about sun safety and how to reduce the chances of getting skin cancer, visit the National Environmental Education Foundation (NEEF) webpage at neefusa.org/what-we-do/health/sunwise.

AUGUST 2025

National Immunization Awareness Month

August is National Immunization Awareness Month. Vaccination is essential for people of all ages, and it prevents serious and sometimes deadly diseases. Learn more about effective prevention and treatment by visiting the National Foundation for Infectious Diseases at nfid.org.

Children's Eye Health and Safety Month

During August, proper eye care for children will come under the looking glass. The focus will be on the

importance of regular vision screenings, eye safety, and early intervention for eye problems. To learn more, visit the National Eye Institute (NEI) at nei.nih.gov.

SEPTEMBER 2025

Childhood Cancer Awareness Month

September is Childhood Cancer Awareness Month. This initiative highlights the impact of childhood cancer on children and their families and the importance of research, treatment, and support. Learn more by visiting the American Association for Cancer Research at aacr.org and search for "childhood cancer."

Pulmonary Fibrosis Awareness Month

During September, Pulmonary Fibrosis also comes under the spotlight. Learn more about support and resources for the disease by visiting the Pulmonary Fibrosis Foundation at pulmonaryfibrosis.org. ■

Reader Survey Available Online

You may have received a Reader Survey about the CSHCN Services Program Newsletter for Families. If you mailed in a response, thank you for helping us make the newsletter better. If not, you can still give us your feedback at surveymonkey.com/r/CSHCNNewsletter. ■



REMEMBER TO REAPPLY!

You must reapply to the CSHCN Services Program **every 12 months**. Send your renewal application to the health services office nearest you. If you need help filling out your application, the staff at your local office can help you. To find an office, see page 7, or call **800-222-3986**.

Important: Continuous Medicaid coverage, which was authorized by the federal government in response to the pandemic, ended on March 31, 2023, so you must renew your benefits when it's time.

If you don't renew on time, you could lose your Medicaid coverage.

For more information, visit the HHS End of Continuous Medicaid Coverage webpage at hhs.texas.gov/services/health/medicaid-chip/end-continuous-medicaid-coverage. ■

Health Service Regional Offices*

The CSHCN Services Program has offices all over the state of Texas to provide case management services. Case management involves working with a social worker to help you plan, coordinate, and access health care and related services for you and your family.

Call the region where you live to begin working with a case manager in an office near you.

Health Service Region 1 - Lubbock

6302 Iola Ave.

Lubbock, TX 79424-2721

Telephone: **806-744-3577** or **806-783-6452**

Fax: **806-783-6455**

Health Service Regions 2/3 - Arlington

1301 South Bowen Rd., Suite 200

Arlington, TX 76013-2262

Telephone: **817-264-4634** or **817-264-4619**

Fax: **817-264-4911**

Health Service Regions 4/5 North - Tyler

2521 West Front St.

Tyler, TX 75702-7822

Telephone: **903-533-5269**

Toll-free: **877-340-8842**

Fax: **903-535-7593**

Health Service Regions 5 South/6 - Houston

5425 Polk Ave., Suite J

Houston, TX 77023-1497

Telephone: **713-767-3111**

Fax: **713-767-3125**

Oficinas regionales de servicios médicos*

El programa cuenta con oficinas en todo el estado de Texas para proporcionar servicios de administración de casos. En colaboración con un trabajador social, este servicio es útil para planificar y coordinar el cuidado de la salud y los servicios de apoyo a la familia.

Marque el número de la región que le corresponde para comenzar a utilizar este servicio en la oficina más cercana.

Health Service Region 7 - Temple

2408 South 37th St.

Temple, TX 76504-7168

Telephone: **254-771-6774** or **254-771-6738**

Front desk: **254-778-6744**

Toll-free: **800-789-2865**

Fax: **254-778-5490**

Health Service Region 8 - San Antonio

7430 Louis Pasteur Dr.

San Antonio, TX 78229-4507

Telephone: **210-949-2155** or **210-949-2142**

Fax: **210-949-2047**

Health Service Regions 9/10 - El Paso

401 East Franklin, Suite 210

El Paso, TX 79901-1206

Telephone: **915-834-7675**

Fax: **915-834-7808**

Health Service Region 11 - Harlingen

601 West Sesame Dr.

Harlingen, TX 78550-4040

Telephone: **956-423-0130**

Fax: **956-444-3293**

* See the Texas Health Service Regional Map on page 15.
Vea el mapa de las regiones de Texas en la página 15.

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, llene 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./Núm. de caso de CSHCN:
Parent's/Guardian's Name/Nombre del padre, la madre o el tutor:		Telephone No./Núm. de teléfono:
Street Address/Domicilio:		Apartment No./Núm. 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:**

- ☐ 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)

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

- ☐ *Factura actual de servicios públicos (electricidad, agua, teléfono)*
- ☐ *Acuerdo actual de renta (con el nombre, domicilio y teléfono de quien le renta)*
- ☐ *Factura o pago actual de hipoteca*
- ☐ *Recibo actual de renta (con el nombre, domicilio y teléfono de quien le renta)*
- ☐ *Licencia actual de conducir de Texas*
- ☐ *Registro actual de automóvil de Texas*
- ☐ *Registro actual de votante de Texas*
- ☐ *Registros escolares actuales que muestren la asistencia a una escuela de Texas*
- ☐ *Identificación actual de atención médica (identificación de Medicaid) de Texas*

Mail to/Enviélos por correo postal a:

**CSHCN Services Program
Mail Code 1938
P.O. Box 149030
Austin, TX 78714-9947**

PROGRAMA DE SERVICIOS PARA NIÑOS CON NECESIDADES MÉDICAS ESPECIALES (CSHCN)

Boletín *para* Familias

Julio 2025

**CÓMO
MANTENERSE
SEGURO BAJO
EL SOL**

PAGE 10

P. **11**

**Recetas de verano
para días cálidos**

P. **13**

Regreso a clases

P. **7**

**Oficinas regionales
de servicios médicos**

CÓMO MANTENERSE SEGURO BAJO EL SOL



Jugar, relajarse al aire libre y disfrutar del sol es bueno para usted. El sol aumenta los niveles de vitamina D que tanto necesitamos en nuestro cuerpo, pero la sobreexposición puede ser peligrosa.

Enseñarle a su hijo sobre la importancia de la protección solar puede protegerlo de los rayos dañinos del sol y fomentar hábitos saludables desde el principio. Para evitar los riesgos de la sobreexposición al sol, tome precauciones para proteger a su hijo durante las actividades al aire libre.

Limite la exposición al sol

¿Sabía que la radiación ultravioleta (UV) del sol puede dañar nuestros ojos y piel incluso en días nublados? Antes de salir, consulte el índice UV de la EPA en **EPA en español | EPA de los EE. UU.** para ver los niveles actuales de radiación UV. Una lectura de 6 a 7 significa que el riesgo de sufrir daños solares es alto cuando se está expuesto al sol sin protección, así que asegúrese de vestirse adecuadamente y aplicar protección solar para evitar el daño UV.



Los siguientes consejos pueden ayudar a su hijo a disfrutar del aire libre de forma segura:

- Evite estar expuesto al sol durante largos períodos entre las 10 a. m. y las 4 p. m. cuando los rayos del sol son más fuertes.
- Los bebés menores de 6 meses nunca deben estar expuestos a la luz solar directa. Cuando esté fuera con su recién nacido, dele sombra con un sombrero, una sombrilla, un toldo para cochecito, etc.
- Vista a su hijo con ropa holgada y cómoda hecha de un tejido transpirable, como algodón o lino, que cubra el cuerpo.
- Elija gafas de sol que den al menos un 99% de protección UV.

Elija el protector solar adecuado

Con tantas opciones de protector solar para elegir, es importante escoger uno que sea adecuado para el tipo de piel de su hijo. A la hora de elegir un protector solar:

- Busque las palabras “broad-spectrum” (amplio espectro) en la etiqueta para asegurarse de que el protector solar proteja contra los rayos UVA y UVB.
- Seleccione un protector solar con un factor de protección solar (FPS) de 15 o superior.
- Evite los protectores solares con oxibenzona, que puede provocar alteraciones hormonales.

Protección solar para niños con necesidades especiales

Los niños que toman medicamentos pueden enfrentar un mayor riesgo de sufrir enfermedades relacionadas con el calor. Revise los frascos de medicamentos con receta de su hijo para ver si hay advertencias sobre la exposición al sol.

Para los niños que no pueden caminar y que usan silla de ruedas, recuerde que las partes metálicas de su silla pueden calentarse bajo la luz solar directa. Proteja a su hijo de quemaduras por contacto cubriendo cualquier parte de la silla de ruedas que pueda tocar.

Cómo tratar las quemaduras solares

A pesar de nuestros mejores esfuerzos para proteger a nuestros hijos del sol, aún pueden producirse quemaduras solares. Los siguientes consejos pueden ayudar a su hijo a recuperarse cómodamente de una quemadura solar:

- Dele agua a su hijo para reemplazar los líquidos perdidos.
- Seque el área quemada por el sol con un paño limpio y húmedo. No aplique loción medicada a menos que lo apruebe el médico de su hijo.
- Si su hijo tiene más de 6 meses, dele ibuprofen para aliviar el dolor o el malestar.
- Consulte con un pediatra si la quemadura solar produce ampollas o si su hijo tiene fiebre.
- Mantenga a su hijo fuera del sol hasta que la quemadura haya sanado completamente. ■

Recetas de verano para días cálidos

Con los días soleados de verano a la vuelta de la esquina, refrésquese con estas recetas fáciles que toda la familia puede preparar junta:

Limonada casera

Ingredientes:

- 4 limones
- 1 taza de azúcar
- 5 tazas de agua fría
- Cubitos de hielo

Instrucciones:

1. Haga rodar los limones sobre la encimera para que sea más fácil exprimirlos. Corte cada limón por la mitad y exprima el jugo en un bol o directamente en la jarra.
2. Añada 1 taza de azúcar a la jarra con el jugo de limón. Revuelva bien hasta que el azúcar se disuelva completamente. (Si la quiere menos dulce puede añadir menos azúcar).
3. Vierta 5 tazas de agua fría en la jarra. Revuelva nuevamente para mezclar todo junto.
4. Pruebe la limonada para comprobar su dulzura. Si está demasiado ácida, puede agregar un poco más de azúcar o agua para cambiar el sabor.
5. Sirva y disfrute. Añada algunos cubitos de hielo si la quiere más fría. También puede agregar algunas hojas de menta o bayas para darle un sabor divertido.



Ensalada de pasta fácil

Ingredientes:

- 2 tazas de pasta (pruebe usar macarrones, pajaritas o cualquier forma que le guste)
- 1 taza de tomates cherry
- 1 taza de queso rallado (cheddar o mozzarella)
- ½ taza de aderezo italiano (comprado en la tienda o casero)
- Sal y pimienta

Instrucciones:

1. Hierva una olla con agua y luego agregue la pasta. Cocine durante unos 10 minutos, o hasta que la pasta esté blanda. Escorra la pasta y déjela enfriar unos minutos.
2. Mientras la pasta se enfría, lave los tomates cherry y córtelos por la mitad. (Los niños pueden ayudar con esto usando un cuchillo de plástico seguro).

3. En un tazón grande, agregue la pasta enfriada, los tomates picados y el queso rallado. Revuelva todo junto.
4. Vierta el aderezo italiano sobre la ensalada y mézclelo bien hasta que todo quede cubierto.
5. Pruebe la ensalada de pasta. Pruebe a añadir una pizca de sal y pimienta para que quede más sabrosa.
6. Conserve la ensalada en el refrigerador durante 30 minutos o hasta que esté fría. Luego estará lista para comer.

Parfait de yogur de frutilla

Ingredientes:

- 1 taza de yogur natural o de vainilla
- ½ taza de frutillas frescas (o más si lo prefiere)
- ¼ de taza de granola
- 1-2 cucharaditas de miel o jarabe de arce (opcional, para endulzar)

Instrucciones:

1. Lave las frutillas y quíteles los tallos, luego córtelas en trozos pequeños. (Los niños pueden ayudar con esto).
2. Si usa yogur natural y lo quiere más dulce, agréguele miel o jarabe de arce y revuélvalo.
3. En un vaso o taza transparente, añada una cucharada de yogur en el fondo. Luego agregue una capa de frutillas cortadas, seguida de una capa de granola.
4. Continúe poniendo capas de yogur, frutillas y granola hasta que se quede sin ingredientes. Puede cubrirlo con unas cuantas frutillas más y un chorrito de miel si lo quiere.
5. Sirva el parfait de inmediato para disfrutar de un bocadillo fresco y delicioso. ■



Viajes seguros

Cómo planificar con antelación puede facilitar los viajes para usted y su familia.

Cuando planea volar

La Administración de Seguridad en el Transporte (Transportation Security Administration, TSA) tiene una línea de ayuda para los viajeros con necesidades especiales que necesitan ayuda durante los controles de seguridad. Llame 72 horas antes de su viaje para preguntar sobre los controles.

Línea de ayuda de TSA Cares:
855-787-2227

- Días de semana: 7 a. m. a 10 p. m., hora central
- Fines de semana o días festivos: 8 a. m. a 7 p. m., hora central

Para obtener más información sobre el servicio al cliente de TSA, llame al Centro de contacto de TSA al **866-289-9673**.

El Centro de contacto de TSA tiene información automatizada las 24 horas del día. Para hablar con un agente, llame durante estos horarios:

- Días de semana: 7 a. m. a 10 p. m., hora central
- Fines de semana y días festivos: 8 a. m. a 7 p. m., hora central

Siga las reglas de la TSA para empacar. Durante el viaje, conserve todas estas cosas cerca:

- Identificaciones aprobadas por la TSA para todos los adultos
- Su información de cliente de CSHCN
- Información de contacto de emergencia
- Medicamentos para todos los que viajan

Aerolíneas

Algunas aerolíneas pueden requerir que un asistente de seguridad viaje con una persona que tenga necesidades especiales.

Consulte el sitio web de su aerolínea para obtener información sobre sus necesidades de viaje. Debe ponerse en contacto con la aerolínea por cualquiera de estos artículos:

- Respiradores, concentradores de oxígeno individuales y otros equipos médicos que debe usar durante el vuelo, especialmente los que son a batería
- Sillas de ruedas eléctricas que se transportan en aviones pequeños
- Animales de apoyo emocional o de servicio en cabina
- Comidas especiales

Las aerolíneas también pueden necesitar un asistente de seguridad para una persona que deba tener asistencia para necesidades médicas, de comida y baño.

Nota: Si necesita servicios de viaje con acceso para sillas de ruedas, llame al servicio de transporte antes de su viaje. Es posible que algunos servicios de viaje necesiten programar un auto o furgoneta especial para que esté listo para usted.

Cuando viaja en auto

A medida que los niños crecen, sus asientos de seguridad para el auto cambian para adaptarse a sus cuerpos en crecimiento. Es importante asegurarse siempre de que el asiento de seguridad de su hijo sea el adecuado. Cuando compre un nuevo asiento de seguridad o un asiento elevador, elija el asiento adecuado para el peso y la altura de su hijo. El Departamento de Transporte de Texas (Texas Department of Transportation) tiene información útil para elegir un asiento de seguridad para el auto en texasclickitorticket.com/carseatshopping.html.

La instalación adecuada del asiento de seguridad ayuda a mantener a todos seguros. El Departamento de Transporte de Texas cuenta con técnicos expertos que verificarán la instalación de dicho asiento para que sepa que es seguro. Este servicio es gratis.

Para encontrar un experto, visite savemewithaseat.org.

En el sitio:

- Escriba su código postal. Haga clic en **Enviar (Submit)**.

- Haga clic en el enlace que aparece.
- Escriba su nombre, número de teléfono, dirección de correo electrónico y la cantidad de asientos de seguridad que usa.
- Haga clic en **Enviar (Submit)**. Esta acción enviará su solicitud a un técnico de su zona. El técnico lo llamará o le enviará un correo electrónico para programar una hora para revisar su asiento de seguridad para el auto o asiento elevador.

El Programa Safe Riders de Seguridad para los Niños como Pasajeros del Departamento de Servicios de Salud del Estado de Texas (Texas Department of State Health Services) remite a residentes de Texas que reúnen los requisitos para que reciban educación sobre seguridad para niños pasajeros y un asiento de seguridad para el auto gratis. Para obtener más información, visite https://texasclickitorticket.com/carseatshopping_espanol.html. Llame al **800-252-8255** para ver si califica.

Hoteles y moteles

Llame antes o envíe un correo electrónico para preguntar sobre las necesidades de su familia. Por ejemplo, si tiene medicamentos o comidas especiales que deben refrigerarse, pida un refrigerador en la habitación.

Consejos útiles

- ¿Qué más puede ayudarlo a viajar sin problemas?
- Un viaje de práctica al aeropuerto para ver los aviones y oírlos despegar puede reducir la ansiedad de volar.
- Los auriculares con reducción de sonido disminuyen los ruidos estresantes.
- Una manta o juguete favorito pueden calmar al niño.
- La relajación y el tiempo libre son buenos para todos los viajeros ocupados. ■

Regreso a clases



Antes de que se dé cuenta, el nuevo año escolar habrá llegado. Estos son algunos consejos para la vuelta a clases que los ayudará a usted y sus hijos a prepararse:

Organice todos los documentos.

Como padre, usted está familiarizado con la gran cantidad de documentos que recibe a lo largo del año escolar. Desde eventos escolares hasta permisos, hay mucho que controlar, pero un poco de organización puede ayudar. Intente preparar una carpeta o archivador para guardar los documentos importantes en un solo lugar.

Inicie un registro de comunicaciones.

Cree un registro de comunicaciones para hacer un seguimiento de las llamadas telefónicas, correos electrónicos y notas importantes. Guárdelo en la misma carpeta o archivador con otros documentos importantes.

Calme el nerviosismo de la vuelta a la escuela.

Es normal que los niños tengan todo tipo de sentimientos cuando vuelven a la escuela. Aunque cada niño es diferente, puede tomar medidas para que la transición sea más fácil.

Hable con su hijo sobre el nuevo año escolar de antemano. Hable sobre nuevas clases, actividades o eventos de los que puedan participar. Si su hijo asiste a una nueva escuela o cambia de maestro, programe una visita a la escuela. También puede programar una reunión con el maestro antes de que comiencen las clases. Hablar sobre los cambios puede ayudar a calmar la preocupación.

Manténgase al día sobre las noticias de educación especial.

Un padre informado puede interceder mejor por sus hijos. Esto significa que cuanto más sepa, mejor preparado estará para ayudar a apoyar la educación de su hijo.

Mantenga una rutina.

Una vez que comience la escuela, mantenga una rutina para que su hijo sepa qué esperar. De ser posible, comience la nueva rutina una o dos semanas antes de que comience la escuela para que se acostumbre al nuevo horario.

Asista a eventos de la escuela.

Participe. Vaya a la jornada de puertas abiertas de su hijo, a la noche de regreso a clases y a las conferencias de padres y maestros. Al ir a estos eventos, usted le envía el mensaje a su hijo de que la escuela es importante. Usted y su hijo tendrán conexiones más fuertes con la escuela, los maestros, el personal y los demás estudiantes y sus familias.

Comparta las fortalezas, competencias y cualquier necesidad especial que pueda tener su hijo con el personal de la escuela. Además, comparta cualquier cambio en la salud o el bienestar de su hijo que pueda afectar su educación. Construir una relación sólida entre padres y maestros desde el principio es clave para el éxito de su hijo.

Ya sea el primer día de clases o el último, asegúrese de que su hijo sepa que usted está allí para escuchar sus sentimientos y preocupaciones. Anime a su hijo a hacer las cosas lo mejor que pueda. Lo más importante es asegurarse de que su hijo sepa que puede contar con usted pase lo que pase.

*Adaptado de https://www.asharedvision.org/uploads/8/8/2/7/88271548/reading_rockets_tips_for_parents_of_toddlers__spanish_.pdf. ■



PARA RECIBIR SUS MEDICAMENTOS

Cuando vaya a la farmacia, siempre tenga a mano la "Notificación del derecho a recibir beneficios". Así, la farmacia sabrá que debe cobrar al programa el costo del medicamento recetado.

Las farmacias necesitan esta información para que CSHCN pague la receta:

BIN: 025417/**PCN:** DRTXPROD

GroupID: CSHCN

Si tiene otro seguro médico (por ejemplo, a través de su trabajo), el programa pagará los copagos que usted normalmente tendría que pagar.

Recuerde que la farmacia debe estar inscrita en el programa antes de que el programa pueda pagar el costo del medicamento o cualquier copago. Para saber si su farmacia está inscrita, llame al **800-222-3986** o visite **txvendordrug.com/providers/pharmacy-search**. ■





FECHAS DE INTERÉS

JULIO DE 2025

Mes de la seguridad UV

El mes de la seguridad UV se celebra en julio. Para obtener más información sobre la seguridad solar y cómo reducir las probabilidades de contraer cáncer de piel, visite la página web de la National Environmental Education Foundation (NEEF) en <https://www.neefusa.org/es/search>.

AGOSTO DE 2025

Mes Nacional de Concientización sobre la Vacunación

Agosto es el Mes Nacional de Concientización sobre la Vacunación. La vacunación es esencial para personas de todas las edades y previene enfermedades graves y a veces mortales. Obtenga más información sobre la prevención y el tratamiento efectivos visitando la National Foundation for Infectious Diseases en [nfid.org](https://www.nfid.org).

Mes de la salud y seguridad de la vista infantil

Durante el mes de agosto, la atención de la vista adecuada para los niños será el tema central. La atención se centrará

en la importancia de los exámenes de la vista periódicos, la seguridad de la vista y la intervención temprana para los problemas de la vista. Para obtener más información, visite el National Eye Institute (NEI) en **Acerca del Instituto Nacional del Ojo (NEI, por sus siglas en inglés) | National Eye Institute**.

SEPTIEMBRE DE 2025

Mes de Concientización sobre el Cáncer Infantil

Septiembre es el Mes de Concientización sobre el Cáncer Infantil. Esta iniciativa destaca el impacto del cáncer infantil en los niños y sus familias y la importancia de la investigación, el tratamiento y el apoyo. Obtenga más información visitando la American Association for Cancer Research en [aacr.org](https://www.aacr.org) y busque "childhood cancer" (cáncer infantil).

Mes de Concientización sobre la Fibrosis Pulmonar

Durante el mes de septiembre la fibrosis pulmonar también cobra protagonismo. Obtenga más información sobre el apoyo y los recursos para la enfermedad visitando la Pulmonary Fibrosis Foundation en [caregiver-guide-spanish.pdf](#). ■

Encuesta para lectores disponible en línea

Es posible que haya recibido una encuesta para lectores sobre el boletín informativo del Programa CSHCN para familias. Si envió una respuesta por correo, gracias por ayudarnos a mejorar el boletín. Si no lo hizo, puede hacernos llegar sus comentarios en surveymonkey.com/r/CSHCNNewsletter. ■



¡RECUERDE RENOVAR SU SOLICITUD!

Debe volver a solicitar el Programa CSHCN **cada 12 meses**. Envíe su solicitud de renovación a la oficina de servicios de salud más cercana. Si necesita ayuda para completar su solicitud, el personal de su oficina local puede ayudarlo. Para encontrar una oficina, consulte la página 7 o llame al **800-222-3986**.

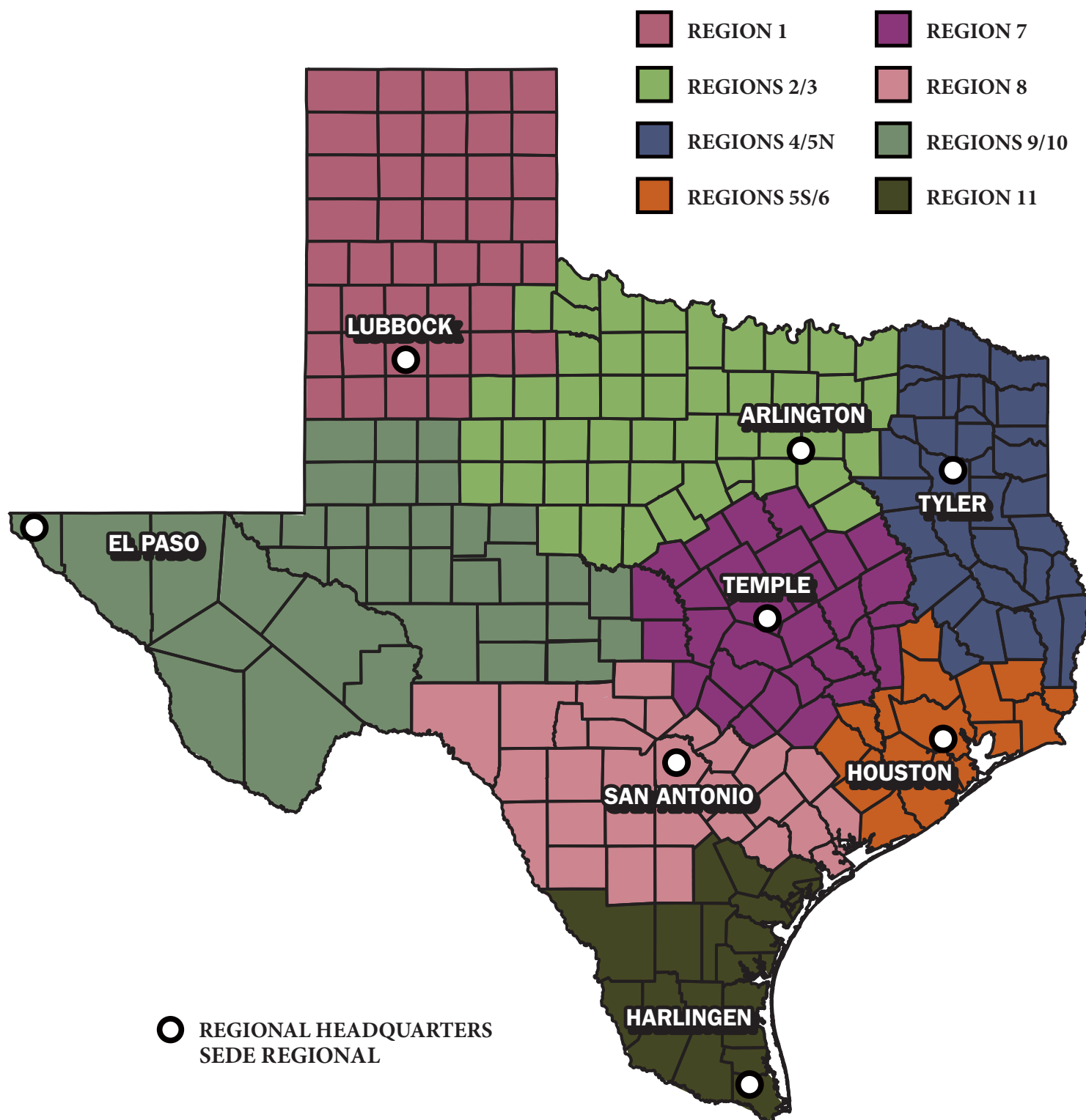
Importante: La cobertura continua de Medicaid, que autorizó el gobierno federal en respuesta a la pandemia, finalizó el 31 de marzo de 2023, por lo que deberá renovar sus beneficios cuando llegue el momento.

Si no los renueva a tiempo, podría perder su cobertura de Medicaid.

Para obtener más información, visite la página web del fin de la cobertura continua de Medicaid del HHS en hhs.texas.gov/es/servicios/salud/medicaid-chip/fin-de-la-cobertura-continua-de-medicaid. ■

Public Health Regions | Regiones de servicios de salud

dshs.texas.gov/regions | dshs.texas.gov/regions/default-sp.shtm





TEXAS

Health and Human Services

Children with Special Health
Care Needs Services

CSHCN Services Program
Mail Code 1938
P.O. Box 149030
Austin, TX 78714-9947

Phone: 512-776-7150 or
800-222-3986 (toll-free)
Fax: 512-776-7162

A young boy with short dark hair, wearing a red t-shirt and black shorts, is sitting in a wheelchair on a sandy beach. He is smiling broadly with his eyes closed, playing a bright yellow ukulele. A person's hands are visible behind him, supporting the wheelchair. In the background, there is a calm body of water with orange buoys and a line of green trees under a clear sky.

Newsletter for Families Boletín para Familias

July 2025
Julio 2025