

# Newsletter *for* Families

July 2026

## STAYING SAFE IN THE SUMMER SUN

PAGE 4

P. 3

The Importance  
of Eye Exams

P. 6

Staying Safe in or  
Near The Water

P. 7

Health Service  
Regional Offices



# Find the Right CSHCN Provider for Your Needs

**Finding the right health care provider for you and your family is an important decision.**

Things you should consider before scheduling a first appointment include:

- Find out the type of provider that you or your child needs, such as a primary care physician, hospital, or vision or mental health services specialist.
- Make sure the provider you choose is enrolled in the Children with Special Health Care Needs (CSHCN) Services Program by calling the provider's office.

**Important:** If the provider isn't enrolled in the program, you'll be responsible for paying the medical bill.

If your current provider isn't enrolled, ask them to call the TMHP-CSHCN Contact Center at **800-568-2413** to learn about the enrollment process.



## Helpful Resources

The Texas Medicaid & Healthcare Partnership's (TMHP's) online Provider Search tool makes it easy to find a provider that works for you. Use the Provider Search tool at [opl.tmhp.com](http://opl.tmhp.com), and follow these steps:

1. Select **CSHCN Services Program** from the Health Plan dropdown menu.
2. Enter your ZIP code, the type of provider, and the maximum distance that you want your provider to be from your ZIP code.
3. Click **Search Providers** to see a list of providers that fit your search criteria.

You can also call the TMHP-CSHCN Services Program Client Line at **877-888-2350** if you need help finding a provider or if you have any questions about how to use the Provider Search tool.

## If You Receive a Bill From a CSHCN Provider

If your provider is enrolled in the CSHCN Services Program but they send you a medical bill, call your provider right away. Make sure your provider has your client ID number for the CSHCN Services Program. Follow these steps:

1. Make a copy of the medical bill. This bill should include the:
  - Client's name and ID number or Social Security number.
  - Date of service.
  - Date and amount of any previous payments that were made on the account.
  - The provider's name and address.

**Note:** If your bill doesn't include the above information, ask the provider for a new copy of the bill that does include it.

2. Write a letter to TMHP's Client Correspondence department that includes the:
  - Date on which you told the provider that you or your child are in the CSHCN Services Program.
  - Name of the person you spoke with at the provider's office.
3. Send your letter and the copy of your medical bill to:

Client Correspondence  
PO Box 202018  
Austin, TX 78720-2018

A TMHP claims administrator will respond to you by mail within 30 days from the day they receive your letter. ■

RIVERSIDE HEALTHCARE		MEDICAL BILL				
Compassionate Care. Trusted Health.						
<b>Client Name:</b> John A. Doe <b>Client ID / SSN:</b> 123-45-6789 <b>Date of Birth:</b> 05/14/1980 <b>Phone:</b> (888) 123-4567		<b>PROVIDER INFORMATION</b> Riverside Healthcare, LLC 123 Wellness Way Dallas, TX 75201 (214) 555-1000				
<b>Bill Date:</b> May 25, 2025 <b>Account Number:</b> 88C-123456 <b>Date of Service:</b> May 10, 2025 <b>Service Location:</b> Riverside Healthcare - Springfield		<b>STATEMENT SUMMARY</b> Total Charges: \$1,200.00 Insurance Payments/Adjustments: -300.00 Patient Balance: \$400.00 Previous Payments: -500.00 <b>AMOUNT DUE: \$200.00</b>				
DETAILS OF SERVICES						
Date of Service	Description of Service	Provider	Quantity	Charge	Insurance Adjustment	Patient Responsibility
05/10/2025	Office Visit - Established Patient	Riverside Healthcare, LLC	1	\$200.00	\$140.00	\$60.00
05/10/2025	Comprehensive Medical Exam (E/M)	Riverside Healthcare, LLC	1	\$300.00	\$210.00	\$90.00

# The Importance of Eye Exams

For many people, eyesight is the sense that they rely on the most. But the ability to see clearly may not be something they spend lots of time thinking about.

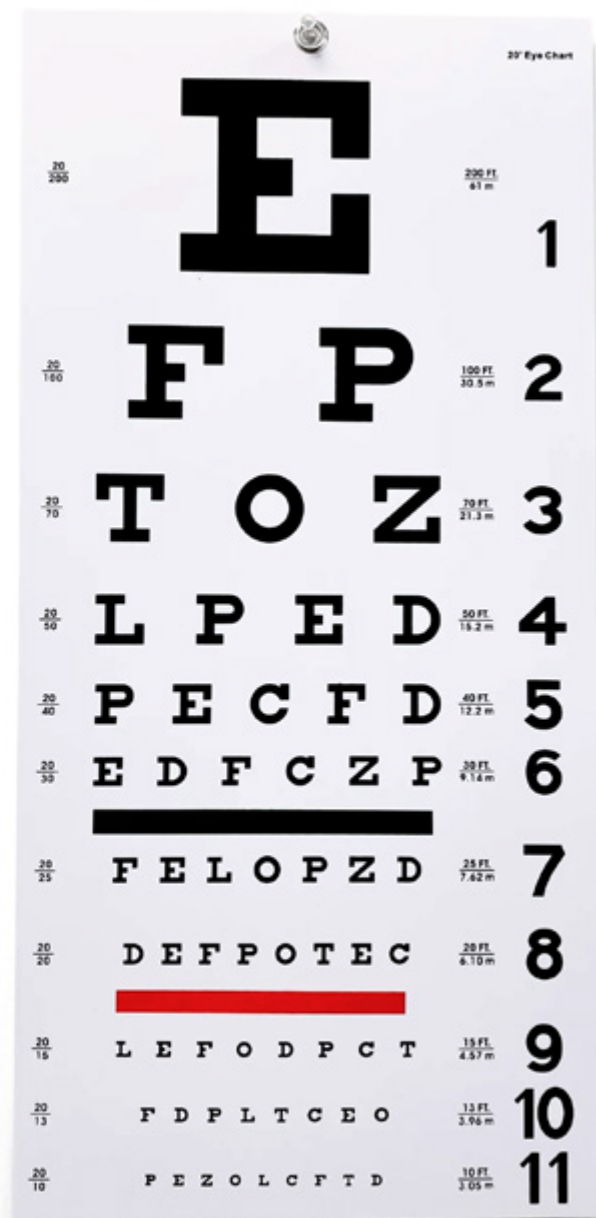
**Up to 80% of what a child learns in school is information presented visually.**

If that child has a vision condition, a lot of information can get lost. This is why it's important to have your child's eyes checked by an ophthalmologist, optometrist, or optician. They might find conditions that a simple eye screening can miss. For example, some school vision screenings may only check for the ability to see clearly at a distance. A test like this wouldn't detect issues with eye movement or trouble with processing information.

The CSHCN Services Program covers one eye exam for your child by an eye doctor every year. If a vision problem is found, the program may cover eyeglasses or contact lenses to help correct it. If your child loses or damages their eyeglasses or contact lenses, the program may also pay to fix or replace them.

About 6% of people in the U.S. have some sort of vision condition. The good news is that most of these conditions can be improved with eyeglasses or contact lenses.

**If your child hasn't had an eye exam in more than a year, don't wait—schedule your child's eye exam today. ■**



## GETTING YOUR MEDICINE

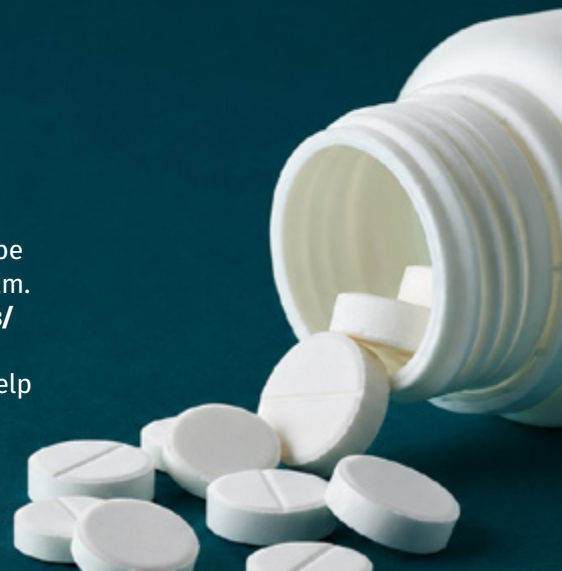
Always take your Notice of Eligibility with you when you go to the drugstore so they will know to bill the program for the cost of the medicine your doctor prescribed.

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

- **BIN:** 025417/**PCN:** DRTXPROD
- **Group ID:** 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 Vendor Drug Program. Visit [txvendordrug.com/searches/pharmacy-search](http://txvendordrug.com/searches/pharmacy-search) to see if your drugstore is enrolled, or call the Help Desk at **800-222-3986**. ■





# Staying Safe While Having Fun in the Summer Sun

Summer is often about food, family, and friends. Social gatherings, outdoor barbeques, or days spent lounging around the pool are just some of the ways that people spend the summer months. With so much fun to be had, it's easy to forget that the summer heat can also be deadly. Heat is the number one weather-related killer in the U.S.

## Signs of Heat Exhaustion

When the temperature is hotter, your body must work harder to cool off. If your body can't cool off, you can feel dizzy, weak, or nauseous, and you can even faint.

Children with special health care needs may not be able to verbalize when they feel these symptoms. It's important to watch for any visual signs of heat exhaustion, such as rapid breathing, heavy sweating, or pale skin.

If you see any of these, do the following right away:

- **Move to an indoor location.** The best option is an indoor, air-conditioned space. If there's no air conditioning, or you can't get indoors, try moving to a shaded spot.
- **Drink cool liquids.** Water or sports drinks are best. Avoid large amounts of soda, caffeine, or alcohol, as these have dehydrating effects. In case of heat stroke, which differs from heat exhaustion because the person has dry
- **skin and is not sweating, do not give fluids.**
- **Take a cool (not cold) shower or bath.** If a bath or shower isn't available, try covering the skin with towels soaked in cool water.
- **Seek medical help.** Call 911 or seek medical attention immediately if symptoms are severe or if the victim has heat problems or high blood pressure. Call 911 or seek medical attention if symptoms last longer than an hour or get worse.



## Summer Safety Tips From the CDC

Here are more tips on staying safe during the summer from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC):

- **Find indoor fun.** There are plenty of options for having fun in air-conditioned spaces. You can play games at home or go see a movie. You can go see free exhibits at a local museum or check out books from the library. If there's a mall in your area, go window shopping.
- **Head for the shade.** When you go outside, try to stay in the shade and take frequent breaks to rest and cool down. Wear light-colored, loose-fitting clothes. Protect your head and face by wearing a hat or a baseball cap and using sunscreen with an SPF of 15 or higher.
- **Stay hydrated.** Drink lots of water, even if you don't feel thirsty. Avoid beverages that are high in sugar and caffeine.
- **Check on your friends and neighbors.** People with chronic health conditions, young children, and people over 65 are at higher risk for heat-related illnesses. Know who might be at risk in your community and check on them to make sure they're OK.
- **Never leave kids or pets in a closed, parked car.** This is very dangerous, especially if the car is parked in direct sunlight. A car's windows act like a greenhouse, trapping sunlight and heat. This can lead to life-threatening temperatures in as little as 10 minutes.

Wear light-colored,  
loose fitting clothes



Wear a hat or  
baseball cap ☀️



SPF 15+ or higher



Drink lots of water 💧

By following the advice above and watching out for the signs of heat-related illness, you can help ensure that your family and friends are safe and healthy this summer. ■

## Resources to Help Parents Raise and Support Children

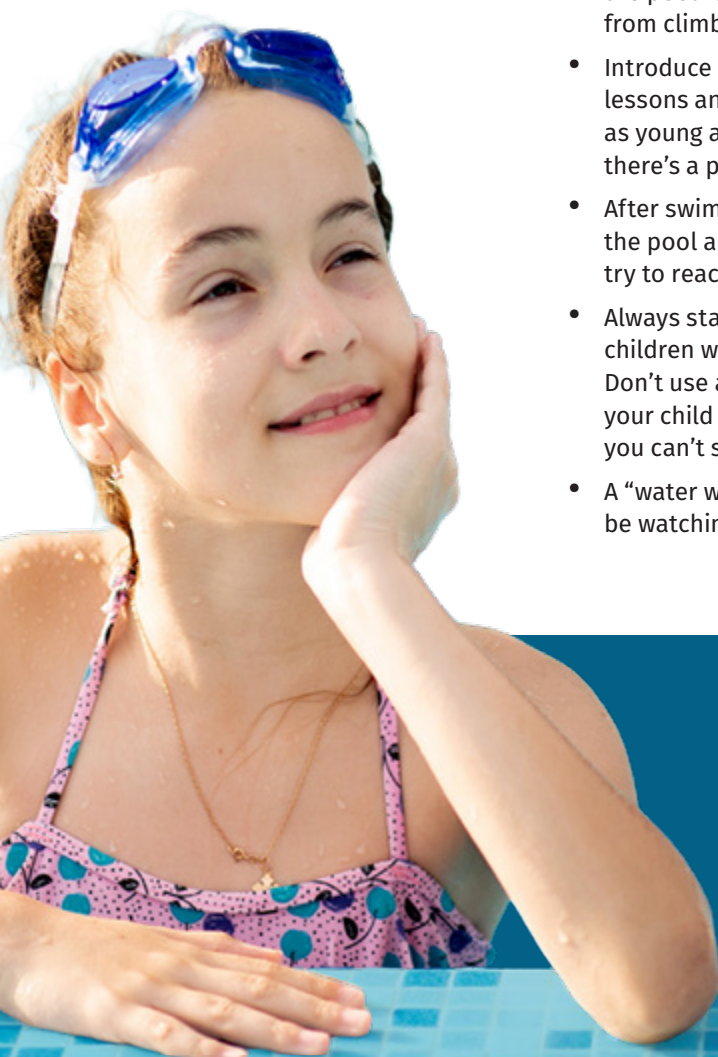
The following resources offer useful information about how to raise and support children and help people find out if they're eligible for services.

- **Navigate Life Texas (NLT)**, a project developed by parents for parents, informs and empowers parents of children with disabilities or special health care needs. Health care, education, insurance, medical diagnoses, transition to adulthood, and how to connect with other parents are among the many topics found on NLT. Learn more at [navigatelifetexas.org](http://navigatelifetexas.org).
- **Early Childhood Texas** aims to provide families with young children easy access to Texas state agency programs, services, and resources. State agency partners include the Texas Workforce Commission, Texas Education Agency, Texas Health and Human Services Commission, Texas Department of Family and Protective Services, and Texas Department of State Health Services. A team of staff from each agency has guided the development of this website with direct input from Texas parents and families. Learn more at [earlychildhood.texas.gov](http://earlychildhood.texas.gov). ■



# Staying Safe in or Near the Water

Sunny summer days often means more time spent in or near water, so water safety should always be on your mind. Drowning is the second most common cause of death in young children, and it can happen in seconds. Let's explore ways that can help you keep your child safe.



## Learn CPR

Cardiopulmonary resuscitation (CPR) can significantly improve the chances of survival in a water emergency. Contact local hospitals, fire departments, or nonprofit organizations to learn when free CPR classes are offered. The American Red Cross and American Heart Association websites have course locators to help you find a CPR training course near you.

## Pool Safety

The following tips can help keep your child safe when they're in or near a swimming pool:

- Never let your child play in or around a pool unsupervised.
- Make sure the pool has a fence on all sides. The fence should be at least four feet high and the slats no more than four inches apart.
- Place tables and chairs away from the pool fence to keep your child from climbing over the fence.
- Introduce your child to swim lessons and water safety classes as young as possible, especially if there's a pool nearby.
- After swimming, remove toys from the pool area so your child doesn't try to reach for them later.
- Always stay close to your young children when they're in the pool. Don't use a flotation device to keep your child above the water when you can't supervise them.
- A "water watcher" should always be watching children in the water.

If you have an event that will go on for a long time, have adults who are strong swimmers take turns being the watcher.

- Always keep rescue equipment and a telephone nearby whenever you or your children are in the pool.

## Safety Around Water

- Remove or fence off backyard water hazards such as bird baths, fountains, ponds, and even pet drinking bowls. A young child can drown in as little as an inch of water.
- Empty water containers immediately after use to prevent your child from falling into the water.
- Block unsupervised access to the bathroom to prevent drowning accidents in a toilet or bathtub.
- Always have your child wear a U.S. Coast Guard-approved flotation device such as a life jacket when you're around a lake, river, or ocean. ■

## 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**. ■

## Health Service Regional Offices\*

The CSHCN Services Program has offices across Texas to provide case management services. Case management involves working one-on-one with a social worker to help you plan, coordinate, and get 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. See the Map of Public Health Regions on page 15 if you aren't sure what region you're in.

### 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 5/6 South—Houston

5425 Polk Ave., Suite J

Houston, TX 77023-1497

Telephone: **713-767-3111**

Fax: **713-767-3125**

## Oficinas Regionales de Servicios de Salud\*

El Programa CSHCN tiene oficinas en todo Texas para prestar servicios de administración de casos. La administración de casos implica trabajar uno a uno con un trabajador social para ayudarlo a planificar, coordinar y obtener atención médica y servicios relacionados para usted y su familia. Llame a la región donde vive para comenzar a trabajar con un administrador de casos en una oficina cerca de usted.

Vea el Mapa de Regiones de Salud Pública en la página 15 si no está seguro de en qué región está.

### Health Service Region 7—Temple

1010 Old Waco Rd.,

Temple, TX 76502

Telephone: **254-771-6774**

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.*

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

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**

# Boletín *para* Familias

Julio 2026

**MANTÉNGASE  
SEGURO MIENTRAS  
DISFRUTA DEL SOL  
DE VERANO**

**PÁGINA 12**

**P. 11**

**La importancia de los  
exámenes de la vista**

**P. 14**

**Mantenerse seguro  
dentro o cerca del agua**

**P. 7**

**Oficinas regionales  
de servicios médicos**

# Encuentre el proveedor CSHCN adecuado para sus necesidades

Encontrar el proveedor de atención médica adecuado para usted y su familia es una decisión importante. Aspectos que debe considerar antes de programar una primera cita incluyen:

- Primero, averigüe el tipo de proveedor que usted o su hijo necesitan, como un médico de atención primaria, un hospital o un especialista en servicios de salud mental o de la vista.
- Asegúrese de que el proveedor que elija esté inscrito en el Programa de Servicios para Niños con Necesidades Especiales de Salud (CSHCN) llamando al consultorio del proveedor.

**Importante:** Si el proveedor no está inscrito, usted será responsable de pagar la factura médica.

Si su proveedor actual no está inscrito, pídale que llame al Centro de Contacto de TMHP-CSHCN al **800-568-2413** para obtener información sobre el proceso de inscripción.



## Recursos útiles

La herramienta de Provider Search (Búsqueda de proveedores) en línea de Texas Medicaid & Healthcare Partnership (TMHP) facilita encontrar un proveedor que trabaje para usted. Use la herramienta de Provider Search (Búsqueda de proveedores) en **opl.tmhpc.com** y siga estos pasos:

1. Seleccione **CSHCN Services Program (Programa de servicios para CSHCN)** en el menú desplegable Health Plan (Plan médico).
2. Escriba su código postal, el tipo de proveedor y la distancia máxima que quiere que esté su proveedor desde su código postal.
3. Haga clic en **Search Providers (Encontrar proveedores)** para ver una lista de proveedores que se adaptan a sus criterios de búsqueda.

También puede llamar a la línea de clientes del Programa de Servicios para TMHP-CSHCN al **877-888-2350** si necesita ayuda para encontrar un proveedor o si tiene alguna pregunta sobre cómo usar la herramienta de búsqueda de proveedores.

## Si recibe una factura de un proveedor CSHCN

Si su proveedor está inscrito en el Programa de Servicios CSHCN pero le envía una factura médica, llame de inmediato a su proveedor. Asegúrese de que su proveedor tenga su número de identificación de cliente para el Programa de Servicios CSHCN. Siga estos pasos:

1. Haga una copia de la factura médica. Esta factura debe incluir:

- Nombre del cliente y número de identificación o número de seguro social.
- Fecha de servicio.
- La fecha y la cantidad de cualquier pago anterior que se haya hecho en la cuenta.
- El nombre y la dirección del proveedor.

**Nota:** Si su factura no incluye la información anterior, pida al proveedor una nueva copia de la factura que sí la incluya.

2. Escriba una carta al departamento de Correspondencia para Clientes (Client Correspondence department) de TMHP que incluya lo siguiente:
  - La fecha en la que le dijo al proveedor que usted o su hijo están en el Programa de servicios para CSHCN.
  - El nombre de la persona con la que habló en el consultorio del proveedor.
3. Envíe su carta y la copia de su factura médica a:

Client Correspondence  
PO Box 202018  
Austin, TX 78720-2018

Un administrador de reclamos de TMHP responderá por correo dentro de los 30 días a partir de la fecha en que reciba su carta. ■

Date of Service	Description of Service	Provider	Quantity	Charge	Insurance Adjustment	Patient Responsibility
05/10/2024	Office Visit - Established Patient	Riverside Healthcare, LLC	1	\$200.00	\$140.00	\$60.00
05/10/2024	Comprehensive Medical Panel (E/M)	Riverside Healthcare, LLC	1	\$300.00	\$210.00	\$90.00

# La importancia de los exámenes de la vista

Para muchas personas, la vista es el sentido del que más dependen. Pero la capacidad de ver claramente puede no ser algo en lo que dediquen mucho tiempo a pensar.

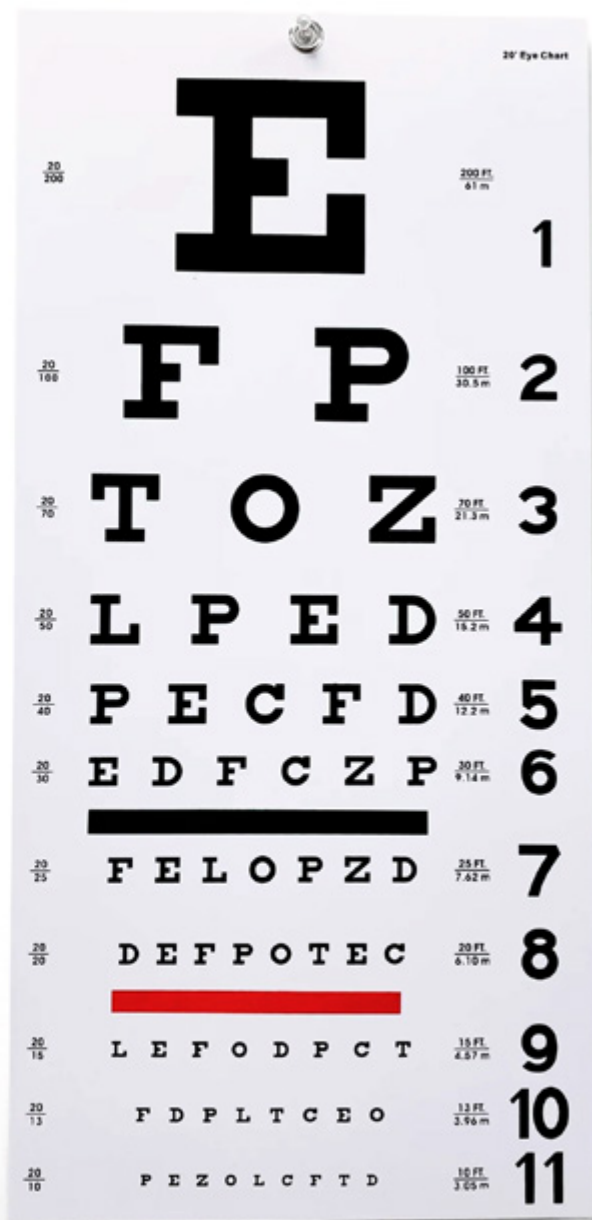
**Hasta el 80% de lo que un niño aprende en la escuela es información presentada visualmente.**

Si ese niño tiene una condición visual, se puede perder mucha información. Por eso es importante que un oftalmólogo, optometrista u óptico revise la vista de su hijo. Ellos podrían encontrar condiciones que una simple evaluación visual no detecta. Por ejemplo, algunas evaluaciones visuales escolares solo revisan la capacidad de ver claramente a distancia. Una prueba como esta no detectaría problemas con el movimiento de los ojos o dificultades para procesar información.

El Programa de Servicios CSHCN cubre un examen de la vista anual para su hijo hecho por un especialista de la vista. Si hay un problema visual, el programa puede cubrir anteojos o lentes de contacto para ayudar a corregirlo. Si su hijo pierde o daña sus anteojos o lentes de contacto, el programa también puede pagar la reparación o el reemplazo.

Aproximadamente el 6% de las personas en los Estados Unidos tienen algún tipo de condición visual. La buena noticia es que la mayoría de estas condiciones pueden mejorar con anteojos o lentes de contacto.

**Si su hijo no se ha realizado un examen de la vista en más de un año, no espere— programe hoy mismo el examen de la vista de su hijo.** ■



## CÓMO OBTENER SUS MEDICAMENTOS

Siempre lleve su Aviso de Elegibilidad cuando vaya a la farmacia para que facturen al programa el costo del medicamento que su médico le recetó.

Para que las recetas médicas sean pagadas por el Programa de Servicios CSHCN, las farmacias necesitan la siguiente información:

- **BIN:** 025417/**PCN:** DRTXPROD
- **Group ID:** CSHCN

Si tiene otro seguro (por ejemplo, mediante su trabajo), el programa cubrirá los copagos que normalmente tendría que pagar.

Recuerde, para que el programa pague el costo de su medicamento o cualquier copago, la farmacia debe estar inscrita en el Programa de Proveedores de Medicamentos. Para saber si su farmacia está inscrita, visite [txvendordrug.com/searches/pharmacy-search](http://txvendordrug.com/searches/pharmacy-search) o llame a la Mesa de Ayuda al **800-222-3986**. ■





# Manténgase seguro mientras disfruta del sol de verano

El verano suele girar en torno a la comida, familia y amigos. Las reuniones sociales, parrilladas al aire libre o días descansando junto a la piscina son solo algunas de las maneras en que las personas disfrutan los meses de verano. Con tanta diversión, es fácil olvidar que el calor del verano también puede ser mortal. El calor es la principal causa de muerte relacionada con el clima en los Estados Unidos.

## Señales de agotamiento por calor

Cuando la temperatura es más alta, su cuerpo debe trabajar más para refrescarse. Si su cuerpo no puede refrescarse, puede sentirse mareado, débil o con náuseas, e incluso puede desmayarse.

Los niños con necesidades especiales de atención médica pueden no ser capaces de expresar verbalmente cuando sienten estos síntomas. Es importante observar cualquier signo visible de agotamiento por calor, como respiración rápida, sudoración intensa o piel pálida.

Si observa alguna de estas señales, haga lo siguiente de inmediato:

- **Muévase a un lugar interior.** La mejor opción es un lugar interior con aire acondicionado. Si no hay aire acondicionado o no puede entrar a un lugar interior, trate de moverse a un área con sombra.
- **Beba líquidos fríos.** El agua o las bebidas deportivas son las mejores opciones. Evite grandes cantidades de refrescos, cafeína o alcohol, ya que tienen efectos deshidratantes. En caso de golpe de calor, que es diferente del agotamiento por calor

porque la persona tiene la piel seca y no está sudando, no le dé líquidos.

- **Tome una ducha o baño fresco (no frío).** Si no hay una bañera o ducha disponible, trate de cubrir la piel con toallas mojadas en agua fresca.
- **Busque ayuda médica.** Llame al 911 o busque atención médica de inmediato si los síntomas son graves o si la persona tiene problemas cardíacos o presión alta. Llame al 911 o busque atención médica si los síntomas duran más de una hora o empeoran.



## Consejos de seguridad para el verano de los CDC

Aquí hay más consejos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) para mantenerse seguro durante el verano:

- **Busque diversión en interiores.** Hay muchas opciones para divertirse en espacios con aire acondicionado. Puede jugar en casa o ir al cine. Puede visitar exhibiciones gratis en un museo local o sacar libros de la biblioteca. Si hay un centro comercial en su área, puede ir a mirar tiendas.
- **Busque sombra.** Cuando salga al aire libre, trate de permanecer en la sombra y tome descansos frecuentes para reposar y refrescarse. Use ropa de colores claros y holgada. Proteja su cabeza y cara usando un sombrero o gorra de béisbol y aplicando protector solar con un SPF de 15 o más.
- **Manténgase hidratado.** Beba mucha agua, incluso si no siente sed. Evite bebidas con alto contenido de azúcar y cafeína.
- **Revise cómo están sus amigos y vecinos.** Las personas con condiciones médicas crónicas, los niños pequeños y las personas mayores de 65 años tienen un mayor riesgo de enfermedades relacionadas con el calor. Identifique quiénes podrían estar en riesgo en su comunidad y revíselos para asegurarse de que estén bien.
- **Nunca deje a niños o mascotas dentro de un auto cerrado y estacionado.** Esto es muy peligroso, especialmente si el auto está estacionado bajo la luz directa del sol. Las ventanas de un auto actúan como un invernadero, atrapando la luz solar y el calor. Esto puede provocar temperaturas potencialmente mortales en tan solo 10 minutos.

Siguiendo los consejos anteriores y observando las señales de enfermedades relacionadas con el calor, usted puede ayudar a mantener seguros y saludables a sus familiares y amigos este verano. ■

Use ropa de colores claros y holgada



Usa un sombrero o gorra de béisbol ☀️



SPF de 15 o más

Beba mucha agua 💧



## Recursos para ayudar a los padres a criar y apoyar a sus hijos

Los siguientes recursos ofrecen información útil sobre cómo criar y apoyar a los niños y ayudan a las personas a determinar si son elegibles para recibir servicios.

- **Navigate Life Texas (NLT)**, un proyecto desarrollado por padres para padres, informa y empodera a padres de niños con discapacidades o necesidades especiales de atención médica. La atención médica, educación, seguros, diagnósticos médicos, transición a la adultez y cómo conectarse con otros padres se encuentran entre los muchos temas disponibles en NLT. Obtenga más información en [navigatelifetexas.org](http://navigatelifetexas.org).
- **Early Childhood Texas** tiene como objetivo proporcionar a las familias con niños pequeños acceso fácil a programas, servicios y recursos de agencias del estado de Texas. Entre las agencias estatales asociadas se encuentran la Comisión de la Fuerza Laboral de Texas, la Agencia de Educación de Texas, la Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas, el Departamento de Servicios para la Familia y de Protección de Texas y el Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas. Un equipo de personal de cada agencia ha guiado el desarrollo de este sitio web con aportes directos de padres y familias de Texas. Obtenga más información en [earlychildhood.texas.gov](http://earlychildhood.texas.gov). ■



# Mantenerse seguro dentro o cerca del agua

Los días soleados de verano con frecuencia significan que se pasa más tiempo dentro o cerca del agua, por lo que siempre debe tener en cuenta la seguridad en el agua. El ahogamiento es la segunda causa más frecuente de muerte en niños pequeños y puede ocurrir en segundos. Exploremos maneras que pueden ayudarlo a mantener seguro a su hijo.

## Aprender RCP

La reanimación cardiopulmonar (RCP) puede mejorar significativamente las posibilidades de supervivencia si hay una emergencia en el agua. Comuníquese con los hospitales locales, los departamentos de bomberos u otras organizaciones sin fines de lucro para saber cuándo se ofrecen clases gratis de RCP. Los sitios web de la Cruz Roja Americana y la Asociación Americana del Corazón tienen buscadores de cursos para ayudarlo a encontrar un curso de capacitación en RCP cerca de usted.

## Seguridad en la piscina

- Los siguientes consejos pueden ayudar a mantener seguro a su hijo cuando esté en una piscina o cerca de ella:
- Nunca deje que su hijo juegue dentro o alrededor de una piscina sin supervisión.
- Asegúrese de que la piscina tenga una cerca en todos los lados. La cerca debe tener al menos cuatro pies de altura y las barras no deben estar separadas por más de cuatro pulgadas.
- Ponga las mesas y sillas lejos de la cerca de la piscina para evitar que su hijo trepe la cerca.
- Inscriba a su hijo en clases de natación y seguridad acuática lo antes posible, especialmente si hay una piscina cerca.
- Después de nadar, retire los juguetes del área de la piscina para que su hijo no intente alcanzarlos más tarde.
- Manténgase siempre cerca de sus hijos pequeños cuando estén en la piscina. No use un dispositivo de flotación para mantener a su hijo a flote cuando no pueda supervisarlos.
- Siempre debe haber un "vigilante del agua" observando a los niños en el

agua. Si tiene un evento que durará mucho tiempo, haga que los adultos que sean buenos nadadores se turnen para observar.

- Mantenga siempre cerca el equipo de rescate y un teléfono cuando usted o sus hijos estén en la piscina.

## Seguridad alrededor del agua

- Quite o cerque los riesgos en el agua del patio trasero, como bebederos para pájaros, fuentes, estanques e incluso bebederos para mascotas. Un niño pequeño puede ahogarse en tan solo una pulgada de agua.
- Vacíe los recipientes de agua inmediatamente después de su uso para evitar que su hijo caiga al agua.
- Bloquee el acceso no supervisado al baño para evitar accidentes por ahogamiento en un inodoro o bañera.
- Siempre haga que su hijo use un dispositivo de flotación aprobado por la Guardia Costera de los Estados Unidos, como un chaleco salvavidas, cuando esté cerca de un lago, río u océano. ■



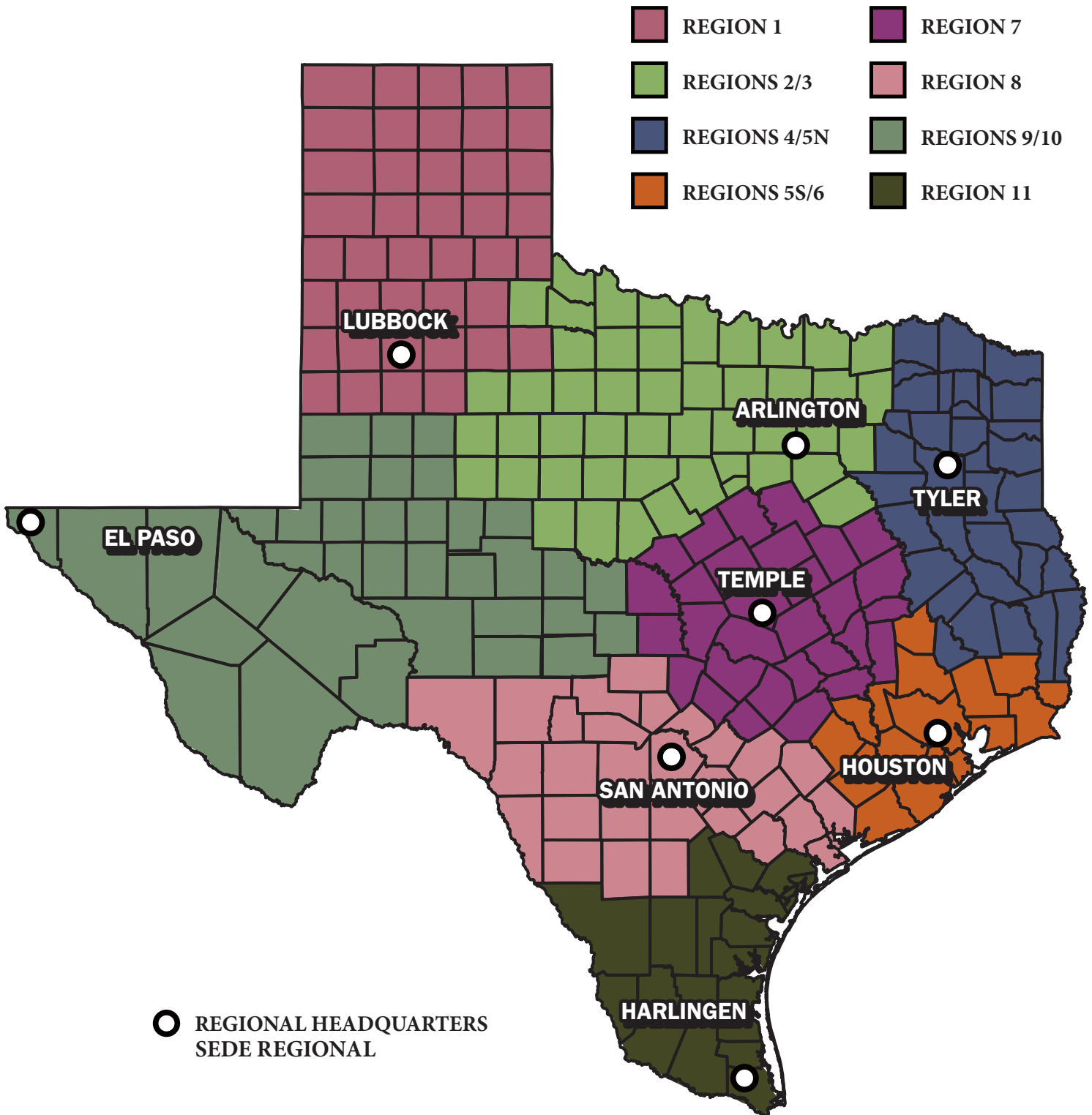
## RECUERDE VOLVER A PRESENTAR SU SOLICITUD

Debe volver a solicitar la inscripción al 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**. ■

# Public Health Regions | Regiones de servicios de salud

[dshs.texas.gov/regional-local-health-operations](https://dshs.texas.gov/regional-local-health-operations)

[dshs.texas.gov/es/regional-local-health-operations](https://dshs.texas.gov/es/regional-local-health-operations)





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: 800-222-3986  
Fax: 512-206-3988



**Newsletter for Families**  
**Boletín para Familias**  
**July | Julio 2026**