

# Access **KID'S** Health

Un boletín de seguridad y salud por los miembros de Child Health Plan *Plus*, ofrecido por Colorado Access

## NO DEJE QUE LA GRIPE LE ENFREENTE!

El otoño no sólo trae la temporada de fútbol americano, pero también el comienzo de la temporada de gripe. Este año, ¡no deje que la gripe le enfrente! Asegúrese que usted y su familia reciban sus vacunas contra la gripe.

### ¡Primarios 5 Motivos porque los niños deberían vacunarse contra la gripe!

1. La gripe es más grave de lo que piensa. El virus puede hacer que cualquier persona se enferme, especialmente los niños.
2. El virus de la gripe es muy contagiosa y se propaga fácilmente. Esto significa que su niño puede contraer la gripe de cualquier persona, dondequiera y en cualquier momento.
3. Los niños tienen un sistema inmunológico más débil, por lo tanto, tienen más probabilidades de conseguirlo y se enferman más que los adultos.
4. De acuerdo con los Centros para el Control de Enfermedades (Centers for Disease Control), cada niño con 6 meses de edad y mayor debe vacunarse contra la gripe.
5. Si su hijo es un plan de Child Health *Plus* (CHP +) ofrecidos por los miembros de Colorado Access, ¡no le cuesta nada!



### ¡Participa para ganar un paquete de diversión familiar!

Este año, cuando su hijo recibe su vacuna contra la gripe, puede inscribirse para ganar un paquete de diversión familiar un valorado de \$ 250.00. Usted debería haber recibido un formulario de inscripción y las reglas en el correo. Si usted no ha recibido el formulario, puede descargar uno de <http://www.coaccess.com/flu-shot>. O, llame al servicio al cliente al 1-888-214-1101 o TTY para personas sordas o con problemas de audición en el 1-888-803-4494.



### BUSCAR UN MÉDICO

Para encontrar una lista de médicos de Colorado Access cercano, visite <https://providers.coaccess.com/ProviderSearch/>

### ¿TIENE PREGUNTAS? ¿NECESITA AYUDA? ¡LLÁMENOS!

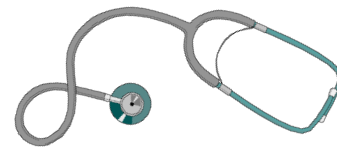
(303) 751 - 9021, gratis 1-888-214-1101 o al TTY 1-888-803-4494

Visítenos en la Web en [www.coaccess.com](http://www.coaccess.com)



## Pregúntele al Dr. Berman

*El Dr. Berman es un Pediatra y Sr. Director Médico en el Colorado Access*



Estimado Dr. Berman,

Mi hijo recibió su vacuna contra la gripe, ¿qué más puedo hacer para protegerle de la enfermedad?

Además de vacunarse contra la gripe, hay varias cosas que usted puede hacer para proteger a su hijo.

Asegúrese de que usted y su niño practican buena salud por lavarse las manos. Que sea un hábito familiar. Todas las personas deben lavarse las manos con jabón por lo menos 20 segundos antes de comer o beber, después de ir al baño, o después de toser o estornudar.

Evite que su hijo se toque los ojos, la nariz o la boca. La gripe es muy contagiosa y se propaga muy rápido, así que asegúrese de que su hijo se mantenga por lo menos seis pies de distancia de las personas que están

enfermas. Enseñe a su niño a usar un pañuelo para cubrirse la nariz y boca al estornudar. No se olvide de tirar el pañuelo usado.

Por último, si usted nota que su hijo está experimentando síntomas de gripe, llame a su médico tan pronto como sea posible.

### ¿Tiene usted una pregunta para el Dr. Berman?

Si usted tiene una pregunta general de salud que le gustaría Dr. Berman para responder en este boletín, se puede presentar en línea en [www.coaccess.com/ask-dr-Berman](http://www.coaccess.com/ask-dr-Berman)

El Dr. Berman sólo puede responder a preguntas generales de salud. Si tiene alguna pregunta relacionada específicamente con su hijo, por favor póngase en contacto con el médico primario de su hijo.



## CHP + Su Boletín

Por Bethany Himes, Directora Programa de CHP + ofrecida por el Colorado Access

¡Hola, mamás y papás! ¿Sabía usted que vacunas contra la gripe son gratuitos por los miembros de Child Health Plan Plus (CHP +)? Protege hoy a sus hijos llevándolos a su médico primario para recibir su vacuna contra la gripe.

Si su hijo tiene 9 años de edad o más y usted no puede ver al médico primario de su hijo para obtener la vacuna contra la gripe, puede llevarlos a un lugar en la red para recibir la vacuna contra la gripe. Estas son las tiendas con las farmacias como Walgreens, Safeway o King Soopers. Para obtener una lista completa de la red de proveedores de vacuna contra la gripe, visite nuestro sitio web en [www.coaccess.com/flu-shot](http://www.coaccess.com/flu-shot)

Asegúrese de llamar a la ubicación que desea ir, para que puedan ver si tienen vacunas disponibles. No te olvides de llevar la tarjeta de identificación de Colorado Access de su hijo con usted también. Para

más información sobre nuestro programa de vacuna contra la gripe, por favor visite <http://www.coaccess.com/flu-shot>

Además de recibir la vacuna contra la gripe, también me gustaría recordar a cada uno de ustedes de la importancia de los chequeos de rutina. No hay copago por exámenes de rutina para niños con el médico primario de su hijo. ¡Esto significa que no hay costo para usted por los servicios cubiertos! Se recomienda que los niños de 3 a 18 años reciban un chequeo de niño sano una vez al año. Para los niños menores de 3 años, se recomiendan los chequeos más a menudo.

Para obtener más información sobre los beneficios de salud de su hijo, visite nuestro sitio web en [www.coaccess.com/child-health-plan-plus-offered-colorado-access](http://www.coaccess.com/child-health-plan-plus-offered-colorado-access)



# Huellas

¡Hola niños!  
Escribe la palabra  
"TACKLE" al  
30644 para leer  
la punta SAFET.  
TIGER'S consejo  
de salud.

¡Ayuda a Safe T. Tiger encontrar todas estas palabras!

BRANCOS  
FUTBOL AMERICANO  
FUMBLEAR  
ACURRUCARSE

PATEADOR  
CORRER  
SEGURO  
LÍNEA DE GOLPEO

ARRANQUE  
APOYADOR  
ENFRENTAR  
ATERRIZAJE

B	Z	B	A	H	J	F	A	N	M	E	A	H	P	A
R	G	D	P	E	B	U	D	H	A	R	R	V	V	A
O	R	F	O	T	R	M	A	Q	L	H	R	O	T	P
N	H	A	Y	D	R	B	H	A	A	B	A	Z	X	A
C	B	M	A	M	B	L	R	S	S	F	N	U	S	T
O	S	S	D	Y	H	E	I	J	E	K	Q	S	F	E
S	F	V	O	T	T	A	D	D	G	C	U	R	D	A
T	T	D	R	X	F	R	H	F	U	G	E	C	B	D
F	Ú	T	B	O	L	A	M	E	R	I	C	A	N	O
E	G	U	U	E	F	W	W	C	O	R	R	E	R	R
E	N	F	R	E	N	T	A	R	G	J	K	S	V	H
H	U	I	O	W	Q	F	N	F	X	H	J	D	Q	J
L	Í	N	E	A	D	E	G	O	L	P	E	O	U	L
J	G	A	T	E	R	R	I	Z	A	J	E	G	Q	V
U	T	W	A	C	U	R	R	U	C	A	R	S	E	J

## ¿Qué?

### Un hecho al azar para adultos

La palabra "influenza" (gripe) viene de la palabra italiana *influentia*. Hace mucho tiempo, la gente creía que la influencia de los planetas, las estrellas y la Luna causa la gripe.



"Like" la Safe T. Tiger página en <http://www.facebook.com/SafeTTiger>



Llame para escuchar un consejo de seguridad mensual, al 1-888-TIGER-10



### ¡Color en Safe T. Tiger!

Safe T. Tiger es el mascota de salud y seguridad. Le encanta divertirse, mientras que enseña cómo mantenerse seguro y saludable a los niños y niñas de todo Colorado.

