Tu versión sana ¡PARA NIÑOS!



Pennsylvania's Children's Health Insurance Program
Cubrimos a todos los niños.

Jefferson Health Plans

TERCERA EDICIÓN
2026

Vale la pena vacunarse: Protege a tu hijo de la gripe.

Obtén más información en la página 2

ÍNDICE

2 Es la temporada de la gripe. ¿Tu hijo está protegido?

3 Mi amor, hace frío afuera: 4 formas divertidas de mantener a los niños activos dentro de casa

3 Ponte en forma y mantente saludable con Jefferson Health Plans CHIP

4 Haz un seguimiento con tu médico después de una visita a la sala de emergencias u hospitalización

4 Tu nueva tarjeta de identificación de miembro llegará pronto

5 Cuando el consultorio del médico esté cerrado: ¿Adónde puedes recurrir?

5 El equipo de coordinación de atención de Jefferson Health Plans CHIPS te brinda ayuda

6 Ten cuidado con las pilas de botón: Pueden hacerle daño a tu hijo

6 ¿Podría haber plomo oculto en las casas antiguas?

7 No lo olvides: Renueva tus beneficios para mantener la cobertura médica de CHIP de tu hijo

7 ¿Demasiado enfermo para ir a la escuela? Consejos para decidir

8 Compartir la información de salud de tu hijo: Conoce tus opciones

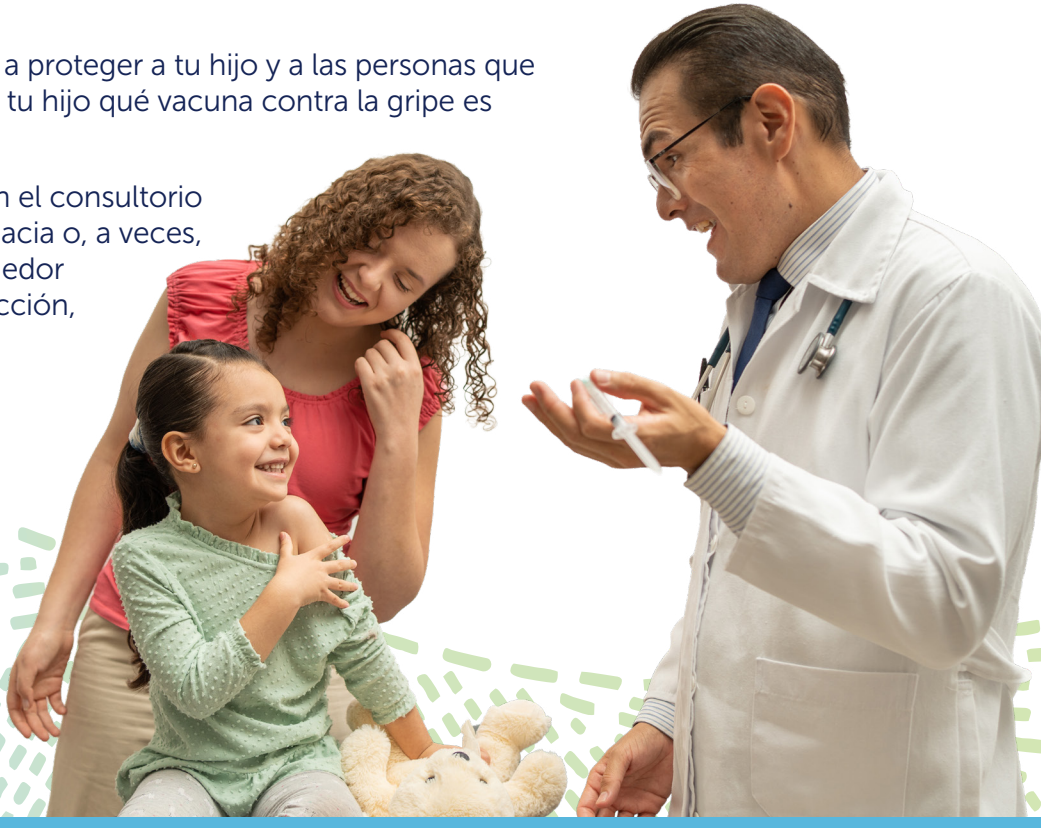
Es la temporada de la gripe.

¿Tu hijo está protegido?

La gripe puede enfermar gravemente a los niños, especialmente a los menores de 5 años y a aquellos con ciertas afecciones médicas. Incluso los niños sanos pueden contraer gripe y propagarla a bebés, adultos mayores y otras personas con mayor riesgo.

Las vacunas contra la gripe ayudan a proteger a tu hijo y a las personas que lo rodean. Pregúntale al médico de tu hijo qué vacuna contra la gripe es adecuada para él.

Puedes vacunarte contra la gripe en el consultorio de tu médico, una clínica, una farmacia o, a veces, en la escuela. La vacuna tarda alrededor de dos semanas para brindar protección, así que no esperes.



Mi amor, hace frío afuera: 4 formas divertidas de mantener a los niños activos dentro de casa

El clima frío puede hacer que a los niños les resulte más difícil mantenerse activos. Prueba estas actividades divertidas dentro de casa para mantener a tu hijo en movimiento, aprendiendo y divirtiéndose.

Toma una clase de acondicionamiento físico
Estar activo es bueno para el cuerpo y la mente de tu hijo. Tu plan Jefferson Health Plans CHIP incluye membresías gratuitas en gimnasios para niños.

Obtén más información en **JeffersonHealthPlans.com/Fitness**.

Baila al compás de canciones favoritas
Sube la música y ponte en movimiento. El baile es una manera divertida para que los niños se mantengan activos en casa, solos, con amigos o con toda la familia.

Construir y crear
Construir juguetes como LEGOs® y K'NEX® ayuda a los niños a usar su imaginación y practicar importantes habilidades motoras finas.También puedes construir fuertes, pistas de obstáculos y otras creaciones con almohadas, mantas, cajas y sillas. Agrega elementos acogedores como luces de hadas para crear un rincón para leer o juegos simbólicos.

Resolver rompecabezas
Trabajar juntos en rompecabezas puede ayudar a tu hijo a relajarse y expresarse con mayor facilidad. Es posible que te sorprendan las conversaciones que surgen por un rompecabezas o juego de mesa.

Visite Compromiso comunitario para obtener más información sobre los programas de educación sobre salud y bienestar de Jefferson Health Plans diseñados para respaldar la salud física, la prevención de enfermedades crónicas y el bienestar general de tu hijo.



Ponte en forma y mantente saludable con Jefferson Health Plans CHIP

Tus beneficios incluyen programas gratuitos para toda la familia, incluidas clases de acondicionamiento físico, educación sobre salud, exámenes de bienestar, eventos de alimentos frescos y apoyo para la atención. Visita nuestra página web de compromiso comunitario para obtener más información.

Haz un seguimiento con tu médico después de una visita a la sala de emergencias u hospitalización

Si tu hijo visita la sala de emergencias o permanece en el hospital, programa una cita de seguimiento con su proveedor de atención primaria (PCP), como su pediatra o médico de familia.

Después de una visita a la sala de emergencias
Programa una visita de seguimiento con el PCP de tu hijo como máximo en 7 días.

Después de una hospitalización
Programa una visita de seguimiento dentro de los **7 a 14 días** para apoyar la recuperación de tu hijo y evitar volver al hospital.

Qué llevar a las citas de seguimiento

- Documentos del alta
- Una lista actualizada de medicamentos
- Resultados de pruebas o registros de imágenes (radiografías, tomografías computarizadas, etc.), si están disponibles



Por qué es importante

Tu PCP conoce a tu hijo y sus antecedentes médicos. Ellos:

- Revisarán la atención recibida en la sala de emergencias o en el hospital.
- Actualizarán los medicamentos o planes de tratamiento.
- Solicitarán pruebas de seguimiento, si es necesario.
- Estarán atentos a inquietudes de salud nuevas o persistentes.
- Ayudarán a coordinar la atención con especialistas, como un médico especialista en el corazón o en los pulmones, o fisioterapeuta.
- Coordinarán servicios de salud a domicilio, si es necesario.

Tu nueva tarjeta de identificación de miembro llegará pronto

¡Revisa tu buzón de correo para ver si recibiste una nueva tarjeta de identificación de miembro! Cuando llegue, verifica que el nombre y otros detalles de tu hijo sean correctos. El único cambio serán tus números de receta (RX). Sigue utilizando tu tarjeta de identificación actual hasta el 1.° de enero. **A partir del 1.° de enero, usa la nueva tarjeta cuando consultes a un médico, recibes atención médica o surtas una receta.** Después del 1.° de enero, destruye de manera segura tu tarjeta anterior para no mezclarlas. Si tu nueva tarjeta no llega, se pierde o tiene información incorrecta, llama a Servicios para Miembros al **1-888-888-1211 (TTY 1-877-454-8477)**.



Cuando el consultorio del médico esté cerrado: ¿Adónde puedes recurrir?

Tu hijo se despierta con dolor de oído, fiebre o malestar estomacal, pero el consultorio del médico está cerrado. ¿Qué debes hacer?

Primero, llama al médico de tu hijo. Muchos consultorios cuentan con personal de enfermería de guardia las 24 horas del día, los 7 días de la semana o una línea de asesoramiento fuera del horario de atención.

Para casos que no sean de emergencia como dolores de oído, fiebre, dolores de estómago, lesiones y quemaduras leves,

o esguinces, puedes recurrir a:

- Centros de atención de urgencia sin cita previa
- JeffConnect® para visitas por video las 24 horas del día, los 7 días de la semana con un proveedor de Jefferson Health desde la comodidad de tu hogar. Visita **JeffConnect.com**.

Ve a la sala de emergencias o llama al 911

si tu hijo:

- Tiene dificultad para respirar
- Tiene una lesión o quemadura grave
- Siente dolor intenso
- No responde o pierde el conocimiento
- Tiene debilidad repentina, confusión o problemas para hablar
- Tiene dolor de pecho o abdominal intenso

El equipo de coordinación de atención de Jefferson Health Plans CHIPS te brinda ayuda

Un miembro de Jefferson Health Plans CHIP estaba teniendo dificultades en la escuela y le dijo a sus padres que estaba pensando en hacerse daño. El padre se comunicó con nuestro equipo de coordinación de atención pediátrica para obtener ayuda. Al trabajar con la familia y la escuela, el coordinador de la atención ayudó a identificar la causa del estrés y las molestias del niño y lo puso en contacto con el apoyo que necesitaba. En dos semanas, el niño estaba mejor en la escuela y tenía una cita de salud conductual programada.

Esta historia de la vida real es solo un ejemplo de cómo el equipo de Coordinación de Atención ayuda a los miembros de CHIP a obtener la atención y el apoyo que necesitan para mantenerse saludables. Nuestros enfermeros y trabajadores sociales están aquí para guiarte en cada paso.

La coordinación de la atención puede ayudarte a:

- Comprender tus beneficios
- Programar citas con el médico y el dentista
- Coordinar la atención domiciliaria o el equipo médico
- Conectar con servicios de salud conductual
- Obtener medicamentos y suministros médicos
- Encontrar recursos comunitarios, incluidos programas de asistencia para alimentos, servicios públicos y asistencia financiera.

¡Conectémonos!
Si necesitas ayuda para organizar la atención médica o encontrar servicios de apoyo, llama al equipo de administración de la atención al **1-866-500-4571**, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 4:30 p.m. Si llamas después del horario de atención, deja un correo de voz y te devolveremos la llamada el siguiente día hábil.

Ten cuidado con las pilas de botón: Pueden hacerle daño a tu hijo

Las pilas de botón y de moneda pueden ser pequeñas, pero pueden ocasionar lesiones graves si se tragan. Estas pilas a menudo se encuentran en juguetes, decoraciones, audífonos, controles remotos y tarjetas de felicitación musicales; muy comunes durante la temporada de fiestas.

Estas pilas suelen ser más pequeñas que una moneda de diez centavos y los niños pueden confundirlas con caramelos. Los niños pueden tragar, inhalar o colocarlas en la nariz o en las orejas, lo que causa daños graves.

Ayuda a mantener seguro a tu hijo

- Mantén los dispositivos con pilas de botón seguros.
- Guarda las pilas de repuesto fuera del alcance de los niños.
- Revisa los juguetes, regalos y decoraciones en busca de pilas suelta
- Advierte a los niños mayores sobre los peligros de las pilas de botór



Actúa rápido

Si ves o incluso sospechas que un niño se ha tragado una batería, ve a la sala de emergencias de inmediato.

Si tu hijo tiene más de 12 meses, administra 2 cucharaditas de miel cada 10 minutos camino al hospital. No hagas que tu hijo vomite ni le des alimentos o bebidas que no sean miel.

Llama a la Línea Nacional de Atención por Ingestión de Pilas (National Battery Ingestion Hotline) al 1-800-498-8666 o al Control de Envenenamiento (Poison Control): al 1-800-222-1222 y ve al hospital.

¿Podría haber plomo oculto en las casas antiguas?

Las casas construidas antes de 1978 pueden contener pintura a base de plomo. Si la pintura se está descascarando o astillando, los niños pequeños pueden estar expuestos al polvo de plomo. Incluso la breve exposición al plomo y al polvo de plomo de la pintura astillada puede dañar a los niños pequeños. Presta mucha atención a las ventanas, puertas, pisos, escaleras, barandas, muebles viejos, juguetes y joyas de juguete.



Realiza pruebas de detección de plomo a tus hijos

La prueba de detección de plomo es rápida, gratuita y solo requiere un sencillo análisis de sangre mediante una punción en el dedo. Se recomienda realizar pruebas a niños de entre 9 y 11 meses, y nuevamente entre los 12 y 24 meses.

Pregúntale al médico de tu hijo acerca de un simple análisis de sangre. También puedes llamar a nuestro equipo de coordinación de atención pediátrica al **1-866-500-4571** para obtener ayuda.

¿Necesitas un médico? Llama a Servicios para miembros al **1-888-888-1211**.

No lo olvides: Renueva tus beneficios para mantener la cobertura médica de CHIP de tu hijo

Para mantener la cobertura médica del CHIP de tu hijo, debes renovarla todos los años con el Departamento de Servicios Humanos (DHS).

Está atento a tu paquete de renovación por correo y envíalo a tiempo, incluso si nada ha cambiado. Asegúrate de que el DHS tenga tu dirección y número de teléfono actuales.

También puedes renovar en línea en **dhs.pa.gov/COMPASS** o visitar tu Oficina de Asistencia del Condado local para renovar en persona.

¿Necesitas ayuda?

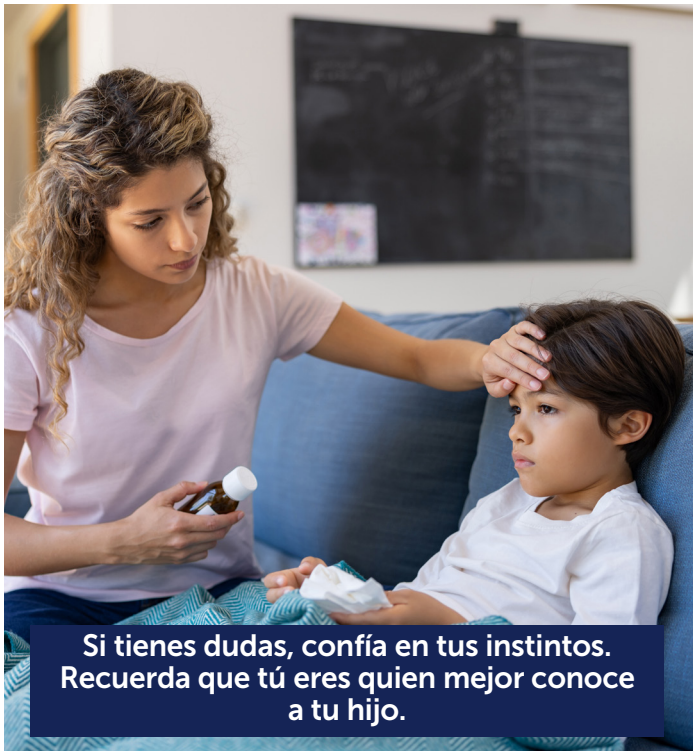
Llama a nuestro equipo de Community Connect al **1-888-435-1995** o envía un correo electrónico a **CommunityEngagement@JeffersonHealthPlans.com**.

¿Demasiado enfermo para ir a la escuela? Consejos para decidir

Puede ser difícil saber cuándo tu hijo debería quedarse en casa y no ir a la escuela. Una buena regla general: si tu hijo está demasiado enfermo para aprender, el descanso es la mejor opción.

Siete razones para mantenerlos en casa:

1. Fiebre de 100.4 °F o más
2. Diarrea o vómitos
3. Enfermedad contagiosa, como la gripe, COVID-19, faringitis estreptocócica, norovirus (virus estomacal) o conjuntivitis
4. Tos severa o dificultad para respirar
5. Dolor significativo, como dolor de garganta intenso, dolor de cabeza punzante o dolor de oído persistente
6. Un sarpullido nuevo o inexplicable
7. Cansancio inusual o baja energía



Si tienes dudas, confía en tus instintos. Recuerda que tú eres quien mejor conoce a tu hijo.

En la mayoría de los casos, los niños deben permanecer en casa hasta que no hayan tenido síntomas durante al menos 24 horas o hasta que su médico diga que está bien regresar a la escuela.

TERCERA EDICIÓN
2026

Tu versión sana ¡PARA NIÑOS!



Compartir la información de salud de tu hijo: Conoce tus opciones

A partir del 1.° de enero de 2027, Jefferson Health Plans usará una forma nueva y segura de compartir parte de la información médica de tu hijo con médicos y otros proveedores de atención médica. Esto puede ayudar al equipo de atención de tu hijo a trabajar juntos y brindar una mejor atención.

Si no deseas que la información médica de tu hijo se comparta de esta manera, puedes optar por no participar en cualquier momento. También puedes elegir compartir información médica de otro plan de salud con Jefferson Health Plans.

Tu elección no cambiará los beneficios del plan de salud, la cobertura ni el acceso a la atención de tu hijo.

Para hacer o cambiar tu elección, inicia sesión en tu cuenta en **JeffersonHealthPlans.com/Account** y sigue las instrucciones. Para saber qué información se puede compartir y cómo administrar tus opciones, visita nuestra página de **preguntas frecuentes sobre educación para miembros** o escanea el código QR.

ESCANEA PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Sitio web:
JeffersonHealthPlans.com/CHIP

Servicios para Miembros:
1-888-888-1211
(TTY 1-877-454-8477)

Portal para miembros:
JeffersonHealthPlans.com/Account

chip Pennsylvania's Children's Health Insurance Program
Cubrimos a todos los niños.

Jefferson Health Plans

Jefferson Health Plans cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, credo, religión, ascendencia, sexo, identidad o expresión de género ni orientación sexual.

JHPCHP43196-esUS 10/2026