



CENPATICO
Recovery. Resiliency. Results.

healthwave 21

SUMMER 2010



It's Back to School Season!

Returning to school can be an exciting time for you and your child. For some, it holds the promise of new beginnings. Others may feel a growing sense of anxiety as the first day draws near. As you look forward to the upcoming school year, take a minute to review last year.

How did the year go for your child? If your child had problems the past school year, you can help your child prepare for the challenges ahead.

- Did your child struggle with any skills or subjects?
- Did your child avoid participating in classroom discussions?
- Did your child miss a lot of school with stomachaches?

- Did your child have difficulty completing his or her work, or have problems with focusing in class?
- Did your child have a lot of temper outbursts?
- Did your child have problems interacting with peers?

If you answered "yes" to any of these questions, you can help your child by taking this information to a mental health professional.

If your child has problems with anxiety, depression or attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), a mental health professional can help. Sometimes the school can do testing to see if your child has a learning disorder. Once a problem has

been identified, children can be given the special support they need to succeed. For example, the school nurse is available to administer any medications required during the school day and can address other special needs.

HCA

1-866-896-7293

Austin, TX 78701

504 Lavaca St., Suite 850

CENPATICO

PSRT STD
U.S. POSTAGE
PAID
Stevens Point, WI
Permit #422

Dear Doctor

Q

My family just moved into an old house. My friend says old houses have lead paint in them. And I know lead is really bad for my kids. Should I get them tested for lead poisoning?

A

Your friend is right. If your house was built before 1978, there's a good chance it has lead in it. Lead has been outlawed from products in the U.S. for years. But it's still around in old paint and water pipes. Lead is also in many toys, jewelry and dishes made in other countries. That's why it's smart to check with your doctor about lead testing if your child is under age 6.

Healthy Kids Visit Doctors Too

Your kids should see the doctor when they are well, not just when they're ill.

The doctor will get to know your child and check that he or she is growing right. The exam will include many things that can help kids stay well, such as:

- Vaccines
- Eye and hearing tests
- Lead screening
- Height and weight check

You and the doctor can also talk about your child's:

- Diet
- Fitness
- Sleep habits
- Growth and basic health

How often a healthy child needs to visit the doctor depends on his or her age. The doctor's office can help you plan a schedule and you can then make the needed appointment for a well-child visit.

Child Safety Program

The Child Safety Program is focused on aspects of safety that may be of concern to families when a child or adolescent is discharged from the hospital. Cenpatico staff contact parent(s) or guardian(s) when members ages 4 to 18 are discharged. During this call, we provide education to keep children safe at home. We remind parents to store medication and firearms safely. We also discuss the incentives we provide for attending their follow-up visit. If you are interested in learning more, please call us at 1-866-896-7293.

Medicine Safety Tips

- Do know how and when to give your child's medicine.
- Do put a lock or child safety latch on cupboard drawers and doors.
- Do keep medicine in a locked box.
- Do make sure medicine is stored in a child-proof bottle.

Gun Safety Tips

- Do use a gun trigger lock, cable lock or chamber lock on all guns.
- Do keep bullets in a locked area away from guns.
- Do teach your children not to handle guns without an adult present.

Follow-up Care

- Do take your child to the doctor for a follow-up visit within seven days of discharge. You and your child could qualify to receive a free Build-A-Bear with a book about feelings and a \$10 gift certificate.
- Do ask questions about your child's medicine.
- Do contact us for assistance with keeping appointments.
- Don't stop taking medication without checking with your doctor.

Resources

- Cenpatico: www.cenpatico.com
- National Safety Council: nsc.org
- Centers for Disease Control and Prevention: cdc.gov



Programa de seguridad infantil

El Programa de seguridad infantil se concentra en aspectos relacionados con la seguridad que podrían preocupar a las familias cuando a un niño o a un adolescente le dan el alta del hospital. El personal de Cenpatico se comunica con los padres o tutores cuando le dan el alta a miembros de 4 a 18 años de edad. Durante esta conversación telefónica, les brindamos educación para mantener a los niños seguros en el hogar. Les recordamos a los padres que guarden los medicamentos y las armas de fuego en un lugar seguro. También hablamos de los incentivos que damos por asistir a las visitas de seguimiento. Si le interesa tener más información, llámenos al 1-866-896-7293.

Sugerencias de seguridad con los medicamentos

- Sepa cómo y cuándo darles los medicamentos a sus hijos.
- Ponga un candado o cerrojo a prueba de niños en las gavetas de los armarios y las puertas.
- Guarde los medicamentos en una caja con cerrojo.
- Asegúrese de que los medicamentos están guardados en una botella a prueba de niños.

Sugerencias de seguridad con las armas

- Use un cerrojo para gatillo, cerrojo con cable o cerrojo para la recámara en todas las armas.
- Mantenga las balas en un lugar alejado de las armas.
- Enséñeles a sus hijos a no tocar las armas si un adulto no está presente.

Atención de seguimiento

- Lleve a su hijo a la visita de seguimiento dentro de los siete días posteriores al alta. Usted y su hijo podrían calificar para recibir un Build-A-Bear gratis con un libro sobre las emociones y un certificado de obsequio de \$10.
- Haga preguntas sobre los medicamentos de su hijo.
- Comuníquese con nosotros si necesita ayuda para mantener sus citas.
- No deje de tomar los medicamentos sin consultarlo con su médico.

Recursos

- Cenpatico: www.cenpatico.com
- Consejo Nacional de Seguridad: nsc.org
- Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades: cdc.gov

Estimado doctor

P Mi familia recién se ha mudado a una casa antigua. Mi amigo dice que las casas antiguas tienen pintura con plomo. Y yo sé que el plomo es realmente malo para mis hijos. ¿Debería pedir que se las hagan las pruebas para detectar el envenenamiento con plomo?

R Su amigo tiene razón. Si su casa se construyó antes de 1978, hay muchas posibilidades de que tenga plomo. El plomo ha estado prohibido de los productos en EE.UU. por años. Pero todavía se encuentra en la pintura vieja y en los caños del agua. El plomo también está presente en muchos juguetes, joyería y platos fabricados en otros países. Es por eso que se recomienda que consulte con su médico sobre las pruebas de detección de plomo si su hijo es menor de 6 años.

Los niños sanos también visitan al médico

Sus hijos deberían consultar al médico cuando están sanos, no sólo cuando están enfermos.

El médico irá conociendo a su hijo y verificará que él o ella está creciendo bien. La revisión incluirá muchas cosas que pueden ayudar a sus hijos a mantenerse sanos, como:

- Vacunas
- Pruebas visuales y de la audición
- Prueba de detección de plomo
- Chequeo de peso y altura

Usted y su médico también pueden hablar de su hijo con respecto a:

- Dieta
- Acondicionamiento físico
- Hábitos de sueño
- Crecimiento y salud básica

La frecuencia con la que un niño sano necesita visitar al médico depende de su edad. El consultorio del médico puede ayudarle a planear un programa y entonces usted podrá hacer la cita que necesite para la visita de bienestar infantil.



¡De regreso a la escuela!

Regresar a la escuela puede ser un momento emocionante para usted y su hijo. Para algunos, alberga la promesa de nuevos comienzos. Otros podrían sentir una creciente sensación de ansiedad mientras se acercan los primeros días. Mientras espera la llegada del próximo año escolar, tómese un minuto para examinar el último año.

¿Cómo fue el año para su hijo? Si su hijo tuvo problemas en la escuela el año pasado, puede ayudar a su hijo a prepararse para los desafíos que le esperan.

- ➔ ¿Tuvo su hijo dificultades con alguna materia o habilidad?
- ➔ ¿Su hijo evitó la participación en debates/discusiones en clase?
- ➔ ¿Su hijo faltó bastante a clases por causa de dolor de estómago?
- ➔ ¿Tuvo su hijo dificultades para completar sus tareas, o tiene problemas para concentrarse en clase?

- ➔ ¿Tuvo su hijo bastantes arrebatos emocionales?
- ➔ ¿Tuvo su hijo dificultades interactuando con sus compañeros?

Si respondió “sí” a algunas de estas preguntas, puede ayudar a su hijo llevando esta información a un profesional en salud mental.

Si su hijo tiene problemas de ansiedad, depresión o trastorno por déficit de atención con hiperactividad (ADHD, por sus siglas en inglés), un profesional en salud mental puede ayudar. Algunas veces la escuela puede realizar algunas evaluaciones para ver si su hijo tiene un problema de aprendizaje. Una vez que el problema haya sido identificado, los niños pueden recibir el apoyo especial que necesitan para tener éxito. Por ejemplo, la enfermera de la escuela está disponible para darle los medicamentos que necesite durante la jornada escolar y puede ocuparse de otras necesidades especiales.



MENTAL HEALTH OR SUBSTANCE ABUSE CONCERNS?

CALL CENPATICO (HEALTHWAVE
TITLE 21 CHIP) AT **1-866-896-7293**

¿TIENE ALGUNA INQUIETUD SOBRE ABUSO DE SUSTANCIAS O SALUD MENTAL?

LLAME A CENPATICO (HEALTHWAVE
TITLE 21 CHIP) AL **1-866-896-7293**

Published by McMurry. © 2010. All rights reserved. No material may be reproduced in whole or in part from this publication without the express written permission of the publisher. The information in this publication is intended to complement—not take the place of—the recommendations of your healthcare provider. Consult your physician before making major changes in your lifestyle or healthcare regimen. McMurry makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles.

Publicado por McMurry. Derechos de autor, © 2010. Se reservan todos los derechos. Ningún material de esta publicación podrá reproducirse en su totalidad o en parte sin el permiso expreso y por escrito de la casa editorial. El propósito de la información de esta publicación es de complementar y—no reemplazar—las recomendaciones de su proveedor de atención médica. Consulte a su doctor antes de hacer cualquier cambio importante a su estilo de vida o régimen de cuidado de su salud. McMurry no hace recomendaciones ni da garantías respecto a ningún producto o servicio mencionado en esta publicación o en los artículos.

