



Empezando Saludable:

Una Lista para Padres Cuando Hijos Regresan a Clases

<input type="checkbox"/>	<p>Inscriba a su niño en un plan de seguro médico hoy.</p> <p>El seguro médico le puede ayudar a pagar por el cuidado rutinario y de emergencia que necesite su hijo para mantenerse saludable. Puede explorar las opciones disponibles de cobertura médica para los niños (incluyente cobertura comprensiva gratuita o de bajo costo de Medi-Cal o Healthy Families) en www.100percentcampaign.org/espanol o http://espanol.insurekidsnow.gov/enes, o puede llamar al 1-877-KIDS-NOW.</p>
<input type="checkbox"/>	<p>Asegúrese de que sus hijos han tenido los exámenes y/o vacunas necesarios antes de que empiece el año escolar.</p> <p>Antes de que empiece el año escolar, la ley exige que todos los niños estén al día con las inmunizaciones recomendadas. Puede aprender más sobre los requisitos escolares de inmunizaciones en www.shotsforschool.org/infoparapadres.html. Si necesita ayuda, contacte al departamento regional de salud pública o a la oficina del Programa de Salud y Prevención de Discapacidades de Niños (CHDP o “Child Health and Disability Prevention”) de su condado, el cual provee exámenes y evaluaciones periódicos (incluso las vacunas) a ningún costo para los niños de bajos ingresos.</p>
<input type="checkbox"/>	<p>Mantenga a mano los nombres e información de contacto de los doctores de su hijo.</p> <p>Es importante poder comunicarse fácil y rápidamente con el pediatra de su niño, aún más en casos de emergencia. Confirme que ha guardado la información necesaria del pediatra y otros doctores regulares de su hijo, y compártala con su familia, amigos o vecinos.</p>
<input type="checkbox"/>	<p>Haga una cita con el dentista para su hijo.</p> <p>Mantener la higiene oral es un factor clave en el éxito académico de los niños y se recomienda que aquellos visiten al dentista al menos una vez cada seis meses. De hecho, la ley de California requiere que los niños de kinder tengan un examen dental. Planee una cita dental para su hijo para asegurar que visita a un dentista regularmente y sigue con hábitos positivos de salud oral.</p>
<input type="checkbox"/>	<p>Recuerde renovar la cobertura médica para su hijo.</p> <p>Generalmente se tiene que renovar la cobertura médica cada 12 meses, pero puede ser más frecuente según el tipo de cobertura. Marque un recordatorio en su calendario unas semanas antes de que venza la cobertura de su hijo y confirme que cualquier papeleo de renovación está en trámite, para que no haya lapso en el seguro médico.</p>



“The 100% Campaign” es una campaña de **Children Now, The Children's Partnership, y Children's Defense Fund-California**. Aprenda más en www.100percentcampaign.org/espanol.

“**California School Health Centers Association**” está dirigiendo el movimiento para poner el cuidado de salud donde están los niños – en las escuelas. Aprenda más en www.schoolhealthcenters.org.

