

WHOLE you



Boletín Primavera 2022

En esta edición:

Consulte nuestra base de datos ...	2
Controle los medicamentos para el TDAH de su hijo(a)	2
Venza la tristeza de la alergia estacional	3
¿Estancia en el hospital? Programe un seguimiento	4
Diviértase, y manténgase seguro, bajo el sol	5
Ensalada de manzana, col rizada y queso feta	6
Haga que los niños salgan a jugar	7
Controle el asma de su hijo(a)	8
Señales de consumo de alcohol y sustancias	9
Seguridad en la natación	10
Prepárese para una catástrofe	11
Controle a su hijo(a) con antipsicóticos	12
Consider Legal Guardianship	13
Aproveche al máximo la cobertura de su hijo(a)	14

Su fuente saludable para vivir bien.

Bienvenido a otra edición de Whole You, un boletín informativo del Plan de Salud Children's Medical Services (CMS), operado por Sunshine Health.

Esperamos compartir con usted la importante información de esta edición. Está repleta de excelentes consejos que pueden ayudarles a usted y a su hijo(a) a mantenerse seguros este verano. Tenemos consejos sobre la protección contra el sol y el manejo de las alergias, así como una lista de maneras de hacer que el juego al aire libre sea más divertido. Además, hay una receta de ensalada rápida y fácil que es perfecta para frutas frescas.



No olvide que la renovación de los beneficios comienza

pronto. Asegúrese de que el Departamento de Niños y Familias de Florida o Florida KidCare tenga su información de contacto correcta para que su hijo(a) pueda mantener su cobertura. Puede comprobar su información de contacto con el DNF en myflorida.com/accessflorida o si llama al 1-850-300-323 (teléfono de texto 1-800-955-8771). Puede comprobar su información de contacto con Florida KidCare en healthykids.org/renew o si llama al 1-800-821-5437.

En caso de que se lo hayas perdido, eche un vistazo a [nuestra última edición \(PDF\)](#). Está repleta de información sobre cómo dejar de lado los viejos hábitos, cómo empezar nuevos hábitos saludables y mucho más.

¡Esperamos que disfrute de esta edición!

¿Necesita ayuda? Consulte nuestra base de datos



¿Necesita ayuda para encontrar un trabajo, una vivienda o una guardería? Eso y mucho más está a solo unos clics de distancia.

La **base de datos de recursos comunitarios del Plan de Salud CMS**

facilita el acceso a programas y servicios gratuitos y de costo reducido en su zona. La herramienta conecta a los miembros del Plan de Salud CMS y a sus cuidadores con organizaciones comunitarias que ofrecen diferentes tipos de apoyo.

Encontrar ayuda es simple. Todo lo que tiene que hacer es visitar CommunityResources.SunshineHealth.com para buscar en nuestra red de más de 5.000 socios en toda la Florida.

Solo ingrese su código postal. Luego puede buscar ayuda sobre estos temas:

- Comida
- Bienes
- Salud
- Atención
- Trabajo
- Vivienda
- Tránsito
- Dinero
- Educación
- Legal

Controle los medicamentos para el TDAH de su hijo(a)

¿Le han dicho que su hijo(a) tiene un trastorno por déficit de atención e hiperactividad, también conocido como TDAH? Si está tomando medicamentos para ello, es importante que se asegure de hacer un seguimiento con visitas regulares al médico. Así, el médico podrá comprobar si el medicamento es adecuado para su hijo(a) o si necesita algo diferente.



La primera cita de seguimiento de su hijo(a) debe ser en los **30 días** siguientes a la toma del medicamento. Deberá volver a la consulta del médico a los **siete meses** y después a los **nueve meses**. Considere que algunos médicos pueden solicitar citas más frecuentes.

Estas citas permitirán al médico de su hijo(a) hacer preguntas sobre cómo se siente con los medicamentos. Si es necesario, pueden hacer cambios. También puede hacer cualquier pregunta que tenga sobre los medicamentos y cómo está afectando a su hijo(a).

Gestionar el TDAH y los medicamentos para esa condición puede ser abrumador, pero estar en contacto con el médico de su hijo(a) puede facilitarlo.

Venza la tristeza de la alergia estacional

La temporada de alergias está aquí y cada año afecta a millones de personas, incluidos los niños. Los siguientes consejos pueden ayudar a su hijo(a) a pasar la temporada de alergias con mayor comodidad.

- 1 Considere la posibilidad de realizar pruebas de alergia.** Pregunte al médico o alergólogo de su hijo(a) sobre las pruebas de alergia. Estas pruebas ayudan a los médicos a averiguar qué provoca las alergias de su hijo(a). Una vez que lo sepan, podrán crear un plan para ayudarles a estar cómodos durante la temporada de alergias.
- 2 Limite el tiempo al aire libre.** Si el clima está seco y ventoso trate de mantener a su hijo(a) dentro de casa. La lluvia reduce el polen en las superficies exteriores, por lo que es un mejor momento para disfrutar del aire libre. La hora del día también es importante. Los recuentos de polen son altos por la mañana, así que planifique las actividades al aire libre por la tarde, cuando los recuentos son menores.
- 3 Controle el índice de alergia.** La tecnología hace que sea fácil saber cómo afectará el polen a su hijo(a) antes de que salga al exterior. La mayoría de las emisoras de noticias incluyen la previsión de alergias en los boletines meteorológicos. Los sitios web, las aplicaciones y los programas de mensajería de texto también pueden alertarle sobre las condiciones en su zona.
- 4 Respire mejor dentro de casa.** Encienda el aire acondicionado en lugar de abrir las ventanas en casa o en el automóvil. Las ventanas abiertas dejan entrar los alérgenos. Los filtros de aire de alta eficiencia también pueden ayudar a que el aire acondicionado funcione mejor. Mantenga las alfombras y los suelos limpios de caspa de animales y polvo. Además, haga que su hijo(a) se bañe o se duche antes de acostarse para que el polen no entre en las sábanas.

- 5 Somos lo que comemos.** Mucha gente no se da cuenta de que ciertos alimentos pueden provocar una respuesta alérgica. Lleve un registro de los alimentos que come su hijo(a). Preste atención a los alimentos que provocan náuseas, dolores de cabeza, mareos, sibilancias o picazón de garganta. Los azúcares, el trigo, los lácteos y los alimentos procesados pueden aumentar las reacciones alérgicas y la producción de mucosidad. Asegúrese de que su hijo(a) bebe mucha agua para limpiar e hidratar su organismo.



¿Estancia en el hospital? Programa un seguimiento

¿Su hijo(a) ha estado recientemente en el hospital por una visita de salud mental? Es importante que vea a un médico en la semana siguiente a su regreso a casa.

El médico que ve a su hijo(a) después de una visita al hospital debe ser un proveedor de salud conductual autorizado, como un terapeuta o psiquiatra. Ellos revisarán los medicamentos de su hijo(a) y se asegurarán de que tiene los servicios que necesita.

Ver al médico en los **7 días** siguientes a la visita al hospital ayudará a que su hijo(a) se sienta cómodo y atendido. Podrá hacer preguntas y aprender cómo ayudar a su hijo(a) a evitar otro ingreso en el hospital.

Recuerde que su hijo(a) puede ver al médico virtualmente a través de la telesalud. Estas visitas se realizan por teléfono o videollamada. Por lo general, se pueden programar más rápidamente que las visitas en persona.

Si necesita ayuda para encontrar un médico o agendar una cita para su hijo(a), comuníquese con su gestor de cuidados del Plan de Salud CMS. Ellos pueden ayudar. Llame a Servicios al Miembro al 1-866-799-5321 (teléfono de texto 1-800-955-8770).



No lo olvide: su hijo(a) puede ganar recompensas por comportamientos saludables a través del programa My Health Pays. Recibirán \$20 en una tarjeta Visa prepagada por acudir a un proveedor de salud conductual en los siete días siguientes a una visita al hospital.

Visite SunshineHealth.com/CMS-Rewards para obtener más información.



Diviértase, y manténgase seguro, bajo el sol

La protección contra los rayos UV es importante durante todo el año y no solo en verano. Los rayos UV también pueden llegar a su hijo(a) en días nublados y frescos, y suelen ser más intensos desde las 9 a.m. a las 3 p.m.

Los protectores solares de amplio espectro pueden ayudar a proteger la piel de su hijo(a) de los dañinos rayos UVA y UVB. Aquí tiene algunos consejos que debe considerar a la hora de elegir y utilizar el protector solar:



FPS: elija un protector solar con un factor de protección solar (FPS) de 15 o superior. Cuanto más alto sea el número, más protección tendrá la piel de su hijo(a).

CANTIDAD: aplique el protector solar en una capa gruesa por toda la piel de su hijo(a). No olvide su cara, cuello y orejas.

REAPLICACIÓN: el protector solar se desvanece. Asegúrese de volver a aplicarlo después de que su hijo(a) sude, nade o se seque con una toalla, o si permanece al sol más de 2 horas.

FECHA DE CADUCIDAD: compruebe la fecha de caducidad del protector solar. Los protectores solares sin fecha de caducidad tienen una vida útil de no más de 3 años. Su vida útil es más corta si se ha expuesto a altas temperaturas.

COMBINE: el protector solar funciona mejor en combinación con otras opciones de protección solar como lentes de sol, sombreros, sombra y ropa de protección solar. Haga que este paso sea divertido al dejar que su hijo(a) elija su ropa.

Ensalada de manzana, col rizada y queso feta



Ensalada

- 3 tazas de col rizada, sin tallos, lavada y cortada
- 1 manzana, cortada en rodajas finas
- 2 cucharadas de arándanos rojos
- 2 cucharadas de nueces pecanas
- 3 cucharadas de feta desmenuzado

Aderezo de vinagreta de arce y manzana

- 2 cucharadas de jarabe de arce
- 1 cucharada de vinagre de sidra de manzana
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/2 cucharadita de pimienta negra molida

Ensalada

Coloque la col rizada en un recipiente grande. Añada las manzanas, los arándanos, las nueces y el queso feta por encima.

Aderezo de vinagreta de arce y manzana

Revuelva los ingredientes y viértalos sobre la ensalada.



¡Buen provecho!

Y recuerde: Su hijo(a) puede tener derecho a recibir hasta \$250 al año en concepto de alimentos saludables. Se requiere autorización previa. Comuníquese con el gestor de atención del Plan de Salud CMS de su hijo(a) al 1-866-799-5321 (teléfono de texto 1-800-955-8770) para obtener más información.

Haga que los niños salgan a jugar

Hay muchas formas divertidas de incorporar el aire libre a las actividades cotidianas de su hijo(a). Aquí hay algunos consejos para animarlo(a) a salir a jugar fuera y disfrutar del aire fresco.



Ofrezca opciones. Hacer que los niños sientan que están al mando es clave, así que dele a su hijo(a) un par de opciones a la hora de elegir algo para hacer al aire libre. Juntos, elaboren una lista de actividades divertidas al aire libre para el verano. Luego, ayúdelo(a) a ir tachando cosas a medida que avanza el verano!



Mueva los juguetes. Sacar al exterior las actividades interiores favoritas de su hijo(a) es una forma sencilla de hacer que el juego sea más emocionante. Recoja las muñecas, los bloques de construcción o los disfraces y llévelos fuera para ver qué pasa.



Deje que exploren. Asegúrese de que su espacio exterior es seguro para los niños y luego deje que su hijo(a) explore. Si el parque infantil no es una opción, no se preocupe. La naturaleza les dará mucha diversión.



Disfrutar del juego: ¡Llueva o truene!

Anime a su hijo(a) a jugar al aire libre, ¡incluso en los días de lluvia! Asegúrate primero de que no hay truenos ni relámpagos en la zona y luego póngase una ropa vieja y un par de botas de goma para acompañarlo(a). Si su hijo(a) lo ve chapoteando, estará más dispuesto a disfrutar del desorden!



Cuantos más seamos, mejor. Convierta el juego en una cita e invite a algunos de los amigos de su hijo(a). Establezca un horario semanal para que tengan algo que esperar. Darles a los niños tiempo para jugar juntos es una gran manera de ayudar a desarrollar sus habilidades sociales. Además, reunir más mentes ayuda a expandir la imaginación y la creatividad de los niños!

Controle el asma de su hijo(a)

El asma es una enfermedad que dificulta la respiración. Los niños que la padecen pueden experimentar sibilancias, opresión en el pecho y tos. Aquí tiene algunas formas de controlar los síntomas del asma de su hijo(a) para que se sienta mejor.

1 Conozca y evite los desencadenantes

Los desencadenantes habituales del asma son el humo del tabaco, los ácaros del polvo, la caspa de las mascotas, el moho y el polen. Intente evitar aquellos que hacen que su hijo(a) se sienta peor. Considere que, para algunos niños, el ejercicio puede provocar un ataque de asma.

2 Limpieza

Mantener la casa limpia y libre de alérgenos ayudará a reducir los síntomas de asma de su hijo(a). Asegúrese de limpiar el polvo, pasar la aspiradora y la mopa regularmente. También es buena idea lavar la ropa de cama de su hijo(a) al menos cada dos semanas.

3 Encuentre los medicamentos adecuados

Hay dos tipos de medicamentos para el asma. Uno es para aliviar rápidamente un ataque de asma. El otro es algo que su hijo(a) puede tomar regularmente para reducir la cantidad y gravedad de sus ataques de asma. Ambos tipos de medicamentos suelen administrarse mediante inhaladores.

Su hijo(a) puede llevar un estilo de vida más activo cuando su asma está controlada. Asimismo, puede tener menos síntomas, puede hacer ejercicio con normalidad e incluso puede dormir mejor. Hable con el médico de su hijo(a) para conocer más.

Fuente: https://www.cdc.gov/asthma/pdfs/asthma_brochure.pdf

No lo olvide

Su hijo(a) puede tener derecho a más beneficios que lo(a) ayuden con su asma, como la limpieza de alfombras, un filtro especial de aspiradora HEPA, ropa de cama hipoalérgica y control de plagas.

Llame a los Servicios al Miembro al 1-866-799-5321 (teléfono de texto 1-800-955-8770) o hable con el Gestor de Cuidados del Plan de Salud CMS de su hijo(a) para obtener más información.



Señales de consumo de alcohol y sustancias

Los trastornos por consumo de sustancias afectan a millones de personas, incluidos los niños. Es importante que los padres conozcan las señales y actúen cuando un niño tiene problemas. A continuación se ofrece información sobre el trastorno por consumo de sustancias y lo que puede hacer si su hijo(a) necesita ayuda.

¿Qué es el trastorno por consumo de sustancias?

El uso indebido de alcohol y drogas debido a la adicción. Esto incluye las drogas ilegales, así como el uso indebido de medicamentos prescritos, como analgésicos y somníferos.

El trastorno afecta al cerebro y al comportamiento de la persona. Suele comenzar con el consumo experimental o recreativo de drogas en entornos sociales. A veces comienza cuando a una persona se le prescribe un medicamento potente y se vuelve adicta a él.

Las señales de alerta

- Problemas con las tareas escolares
- Pérdida de interés por las actividades regulares
- Falta de motivación y energía
- Pérdida o aumento de peso
- Comportamiento reservado/prudente
- Relaciones tensas



Recuerde: los miembros del Plan de Salud CMS de 12 años o más pueden ganar \$10 por completar la capacitación de salud por uso de sustancias. Incluye tres sesiones de capacitación con un Gestor de Cuidados en tres meses. El miembro también debe inscribirse en el programa de capacitación y el padre o tutor del miembro debe firmar un formulario de consentimiento.

Fuente: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/drug-addiction/symptoms-causes/syc-20365112>

Seguridad en la natación

El verano ya está aquí, lo que significa que las temperaturas están aumentando y que cada vez más familias acuden a las playas y piscinas. Como su hijo(a) pasa más tiempo cerca del agua, queremos compartir algunas formas de mantenerlo(a) seguro(a) y saludable.

No lo(a) pierda de vista

Asegúrese de prestar mucha atención a su hijo(a) cuando esté en el agua o cerca de ella. Si usted no está nadando con el(ella), debe poder verlos y oírlos, además de estar lo suficientemente cerca para ayudarlo(a) si lo necesita.

Flotadores

Si su hijo(a) no sabe nadar, asegúrese de que está usando un chaleco salvavidas o flotadores aprobados por los guardacostas estadounidenses. Es importante que los dispositivos de flotación se ajusten correctamente, así que compruebe el tamaño y el límite de peso.

Clases de natación

Considere las clases de natación si su hijo(a) no sabe nadar. Incluso si su hijo(a) sabe nadar, las clases pueden ayudarlo(a) a aprender más sobre la seguridad en el agua. Su hijo(a) puede recibir hasta \$150 al año para clases de natación. Los cupos son limitados y se requiere autorización previa. Comuníquese con el director de atención de su hijo(a) para obtener más información.



Limpio y claro

Dondequiera que esté, compruebe que el agua está limpia y libre de peligros antes de dejar que su hijo(a) nade. Esto es especialmente importante en aguas abiertas, como lagos, ríos y el mar. Si el agua de una piscina no está limpia, es mejor buscar otro lugar para que su hijo(a) se bañe.

Datos rápidos

**Diez personas
se ahogan
cada día.**

**El ahogamiento
es la principal
causa de
muerte en
niños de 1 a 4
años.**

Prepárese para una catástrofe

Las catástrofes pueden ocurrir en cualquier momento y la temporada de huracanes está a la vuelta de la esquina. Queremos ayudarle a usted y a su hijo(a) a estar preparados. Siga estos tres pasos para mantener a su familia a salvo en caso de emergencia.

1 Prepare un kit.

Abastézcase de artículos que su familia y su hijo(a) puedan necesitar. Incluya:

- Linterna
- Radio
- Kit de primeros auxilios
- Agua
- Enlatados (¡no olvide el abrelatas!)
- Cualquier comida especial o fórmula
- Artículos importantes para la salud, como:
 - La tarjeta de ID de su hijo(a)
 - Plan de servicios y plan educativo
 - Números de contactos de emergencia
 - Medicamentos



2 Haga un plan.

Informe a su familia dónde reunirse en caso de emergencia y asegúrese de que su hijo(a) sepa qué hacer. Así se sentirá menos asustado y con más control. Hable de:

- Qué hacer si se separan
- A dónde irán si necesitan buscar refugio

3 Esté informado.

Hable con su hijo(a) sobre el mal tiempo. Pregúntele si tiene alguna duda y sea reflexivo en sus respuestas. Enséñele cómo llamar a sus amigos o familiares si lo necesita.

Controle a su hijo(a) con antipsicóticos

Los antipsicóticos son medicamentos que afectan al cerebro. Suelen prescribirse a niños con trastornos del estado de ánimo y de la personalidad, y tienen algunos efectos secundarios que también afectan al organismo.

Estos medicamentos pueden afectar el metabolismo de su hijo(a) o su capacidad para procesar los alimentos que ingiere. También están relacionados con otros problemas de salud que su hijo(a) podría arrastrar hasta la edad adulta.

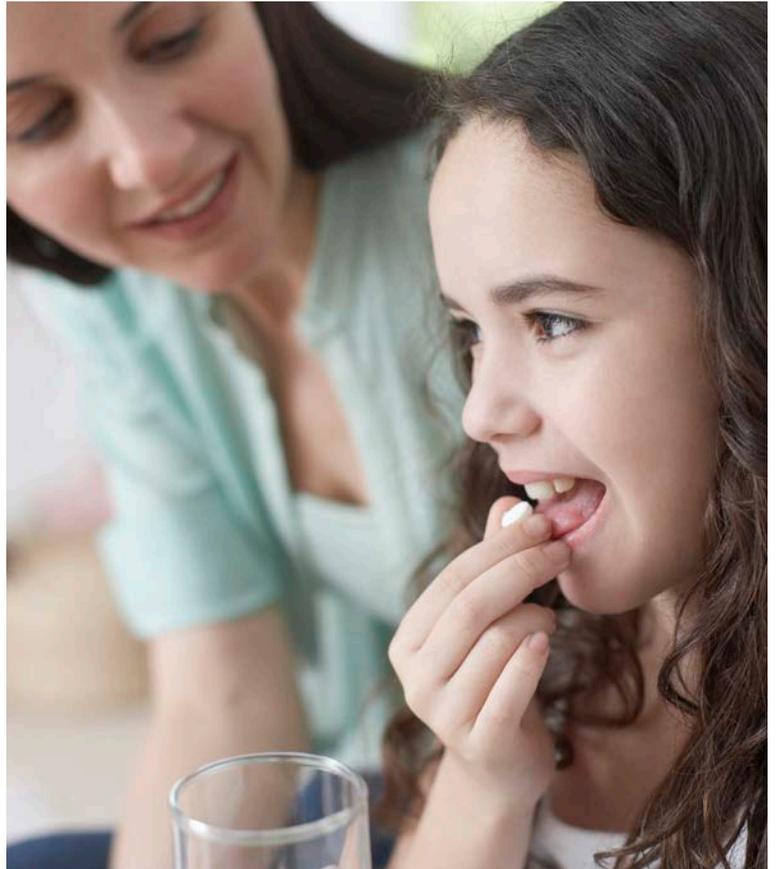
Si su hijo(a) está tomando antipsicóticos, esto es lo que debe saber:

Efectos secundarios:

- Aumento de peso
- Hipertensión
- Colesterol alto
- Hiperlipidemia (niveles elevados de grasa en sangre)
- Mayor riesgo de diabetes

Consejos de supervisión:

- Su hijo(a) debe hacerse un análisis de sangre al menos una vez al año
- Pregunte al médico de su hijo(a) por las pruebas de diabetes y colesterol
- Si nota cambios físicos en su hijo(a), hable con su médico
- NO haga que su hijo(a) deje de tomar los medicamentos de forma brusca sin hablar con su médico



Considere la posibilidad de la tutela legal

¿Su hijo(a) va a cumplir 18 años pronto? Puede que quiera considerar la tutela legal si no está preparado para cuidar de su salud por sí mismo. El Plan de Salud CMS puede ayudar. Aquí tiene algunos detalles:



¿Qué es la tutela legal?

La tutela legal es cuando el tribunal considera que una persona mayor de edad es incapaz de tomar decisiones por sí misma y le otorga ese derecho a otra persona. Solo se utiliza cuando no hay una opción menos restrictiva.

¿Quién es elegible?

Cuidadores de miembros del Plan de Salud CMS de entre 17 y 18 años que están en un centro de enfermería especializada o bajo el cuidado de una enfermera de servicio privado. Con la aprobación del gestor de cuidados, el Plan de Salud CMS pagará hasta \$500 en honorarios.

¿Desea más información?

Hable con el gestor de cuidados de su hijo(a) o llame a los Servicios al Miembro al 1-866-799-5321 (teléfono de texto 1-800-955-8770).

What is the process?

En primer lugar, comuníquese con el gestor de cuidados de su hijo(a) para ver si puede optar por el beneficio. En caso afirmativo, el gestor le explicará los detalles del beneficio y le enviará por correo un cheque a nombre del secretario judicial local. Deberá contratar a un abogado para presentar una petición ante el tribunal. A continuación, el tribunal nombrará a un abogado para que represente a su hijo(a), así como a un comité de tres personas expertas en medicina. El comité evaluará la salud mental y física de su hijo(a) y presentará informes al tribunal. El juez utilizará los informes para decidir si le concede la tutela.

¿Cuánto cuesta?

El proceso dura unos tres meses, pero a veces es más largo. Suele costar unos \$5.000 en concepto de gastos judiciales y de abogado.



Aproveche al máximo la cobertura de su hijo(a)

El seguro de salud de su hijo(a) le proporciona beneficios importantes. Pero, ¿sabía que también pueden ganar recompensas?

El programa de recompensas My Health Pays® lo hace fácil. Cuando su hijo(a) realiza actividades saludables, como su visita anual del Niño Sano o la colocación de vacunas, gana recompensas en dólares.

Puede utilizarlos en cosas como:

- Artículos diarios en Walmart®
- Servicios
- Transporte
- Cuidado de niños
- Educación
- Alquiler

Estas son algunas de las formas en las que su hijo(a) puede obtener las recompensas de My Health Pays:



Gane entre **\$10-\$20** por completar una visita de Niños Sano

Gane **\$20** por colocarse ciertas vacunas

Gane **hasta \$20** por completar 4 sesiones de entrenamiento para dejar de fumar

Gane **\$20** por completar 6 sesiones de entrenamiento para la pérdida de peso

Gane **\$25** por recibir atención para la diabetes

Nota: las recompensas disponibles y los montos de las recompensas varían según la edad

Si tiene alguna pregunta o necesita más información, visite SunshineHealth.com/CMS-Rewards o llame a Servicios al Miembro al 1-866-799-5321 (teléfono de texto 1-800-955-8770).

Recuerde que las recompensas no se pueden transferir. Si su hijo(a) deja el plan por más de 180 días, es posible que no reciba la recompensa. Si tiene alguna pregunta o desea saber cómo inscribirse en cualquiera de estos programas, llame al 1-866-799-5321 (teléfono de texto 1-800-955-8770).

Los dólares de recompensa de My Health Pays se añaden a la tarjeta de recompensas después de que procesemos el reclamo por cada actividad que su hijo(a) complete. Si su hijo(a) obtiene la primera recompensa, se le enviará por correo una tarjeta prepagada Visa® de My Health Pays®.

Esta tarjeta prepagada Visa My Health Pays Rewards la emite The Bancorp Bank en virtud de una licencia de Visa U.S.A. Inc. La tarjeta de The Bancorp Bank; miembro de la CFSD no puede utilizarse en todos los lugares donde se aceptan tarjetas de débito Visa. Consulte el Acuerdo del Titular de la Tarjeta para conocer las restricciones de uso completas.



Children's Medical Services Health Plan está asociado con Sunshine Health para ofrecer servicios de cuidados administrados a nuestros miembros. Sunshine Health es un plan de salud autorizado en Florida.

Children's Medical Services Health Plan les proporciona ayudas y servicios gratuitos a personas con discapacidades, tales como intérpretes de lenguaje de señas calificados, información escrita en otros formatos (letras grandes, audio, electrónicos y formatos accesibles), y servicios idiomáticos gratuitos a personas cuya lengua materna no sea el inglés, tales como intérpretes calificados e información escrita en otros idiomas.

This information is available for free in other languages. Please contact Member Services at 1-866-799-5321, TTY 1-800-955-8770 Monday through Friday, 8 a.m. to 8 p.m.

Esta información está disponible en otros idiomas de manera gratuita. Comuníquese con nuestro número de servicio al cliente al 1-866-799-5321, TTY 1-800-955-8770 de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m.

Si oumenm, oubyen yon moun w ap ede, gen kesyon nou ta renmen poze sou Children's Medical Services Health Plan, ou gen tout dwa pou w jwenn èd ak enfòmasyon nan lang manman w san sa pa koute w anyen. Pou w pale avèk yon entèprèt, sonnen nimewo 1-866-799-5321 (TTY 1-800-955-8770).

Nếu quý vị, hay người mà quý vị đang giúp đỡ, có câu hỏi về Children's Medical Services Health Plan, quý vị sẽ có quyền được giúp và có thêm thông tin bằng ngôn ngữ của mình miễn phí. Để nói chuyện với một thông dịch viên, xin gọi 1-866-799-5321 (TTY 1-800-955-8770).



P.O. Box 459086
Fort Lauderdale, FL 33345-9086

Información importante sobre el plan de atención administrada
Corrección de la dirección solicitada
Servicio electrónico solicitado

Parent or Guardian of
<Member Name>
<Address 1>
<Address 2>
<City>, <State> <ZIP>



Para el Plan de Salud Children's Medical Services,
llame al 1-866-799-5321 (teléfono de texto 1-800-955-8770),
de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m., hora del este,
o visite SunshineHealth.com/CMS.

Para Florida KidCare,
llame al 1-888-540-Kids (5437). Teléfono de texto: 1-800-955-8771,
de 7:30 a.m. a 7:30 p.m., hora del este, de lunes a viernes
(excepto feriados) o visite FloridaKidCare.org.

© 2022 Sunshine Health. Todos los derechos reservados.