



Cómo controlar el asma en la temporada de alergias de primavera

¡Llegó la primavera! Y con ella llega más sol, flores y desencadenantes del asma y las alergias. Durante esta temporada, las plantas crecen y liberan polen, por lo que la primavera puede ser difícil o incluso mortal para quienes padecen asma.

Si tú o tu hijo tienen asma, es importante saber cómo funcionan los medicamentos para esta condición médica.

Se utilizan dos tipos de medicamentos, conocidos como "de alivio" y "de control", para el tratamiento del asma. Los medicamentos de alivio actúan rápidamente y se utilizan para tratar los síntomas graves. Los medicamentos de control actúan lentamente y se toman todos los días para ayudar a prevenir los ataques de asma, incluso si tú o tu hijo se sienten bien.

Para obtener más información sobre los medicamentos y cómo crear un plan de acción para el asma con tu médico o el de tu hijo, [haz clic aquí](#).

[Aprende más](#)



Chequeos de rutina y vacunas para niños

Los chequeos de rutina para niños son fundamentales para asegurarte de que tu hijo crezca de forma saludable. Incluso si tu hijo no está enfermo, estos chequeos son una buena oportunidad para que el médico de cabecera de tu hijo controle de cerca cualquier problema de salud. Estos chequeos son gratuitos y pueden incluir exámenes físicos, vacunas, análisis de sangre y más.

Las vacunas pueden ayudar a proteger a tu hijo de condiciones médicas como la neumonía, las infecciones de oído y la meningitis. Algunas de estas infecciones pueden incluso poner en peligro su vida. De hecho, se estima que las vacunas infantiles salvan 4 millones de vidas en todo el mundo cada año. Por eso es tan importante que tu hijo reciba sus vacunas en la niñez y a tiempo.

Habla con tu médico si tienes preguntas sobre las vacunas.

¿Quieres obtener más información sobre los chequeos de rutina y las vacunas para niños? [Haz clic aquí](#).



Trastorno bipolar: Recibe la ayuda que tú o tu hijo necesitan

El trastorno bipolar es una enfermedad mental que altera el estado de ánimo, la energía y los pensamientos. Las personas con este trastorno pueden tener diferentes tipos de estados de ánimo altos y bajos, conocidos como manía y depresión.

Los síntomas suelen comenzar a los 25 años, pero también pueden aparecer en la adolescencia o la niñez. Si los síntomas no son tratados, pueden empeorar. Con un plan de tratamiento, muchas personas viven bien con esta afección.

Si tienes problemas de salud mental, un buen lugar para comenzar es con tu proveedor de cuidado primario (PCP).

Estamos aquí para ayudarte. Visita nuestra página web para obtener información sobre cómo podemos ayudarte a obtener cuidado médico temprano o de seguimiento.

Si tú o tu hijo tienen una emergencia y necesitan tratamiento de salud mental o abuso de sustancias de inmediato, ve a la sala de emergencias más cercana o llama al 911. Para obtener más ayuda, llama a nuestra línea directa de salud conductual/abuso de sustancias disponible 24/7: [1-800-731-8529](tel:1-800-731-8529) (STAR/STAR Kids), [1-800-731-8528](tel:1-800-731-8528) (CHIP).



¿Has programado tus consultas de cuidado prenatal?

Si estás embarazada, es posible que te sientas emocionada y tengas muchas preguntas.

Un buen lugar para comenzar es con tu médico. Es importante comenzar las consultas de cuidado prenatal dentro del primer trimestre para ayudar a detectar cualquier problema de forma temprana y durante el embarazo. Puedes esperar exámenes de salud importantes, evaluaciones, vacunas y recomendaciones del proveedor médico en estas consultas. Programa tu primera consulta prenatal dentro de 30 días de enterarte de que estás embarazada. ¡Cuanto antes te vean, mejor!

Si no has elegido un médico de cuidado primario (PCP) o un obstetra/ginecólogo (OB/GYN), [¡podemos ayudarte!](#)

Para obtener más información sobre esta etapa emocionante de tu vida, visita nuestra página web de [Embarazo Saludable](#).

[¡Programa tu consulta](#)

Próximos eventos

¡Texas Children's Health Plan organiza muchos eventos divertidos y GRATUITOS! Visita www.texaschildrenshealthplan.org/events para ver qué se viene a continuación. ¡Te esperamos!

[Eventos](#)

¡Regístrate para recibir alertas de "Listo para renovar"!

¿Sabes cuándo renovar tu cobertura de CHIP o Medicaid? Si no lo sabes, suscríbete a las alertas de renovación para no arriesgar perder tu cobertura. (¡Es más fácil renovar que volver a aplicar, y tu cuidado médico podría resultar costoso!)

Sigue estos pasos para configurar las alertas de renovación: Primero, descarga la aplicación Your Texas Benefits en tu smartphone. Luego, inicia sesión en tu perfil y ve al Centro de Mensajes. Por último, selecciona Configuración de alertas.

Si tienes preguntas, visita nuestra página web texaschildrenshealthplan.org/es/renew.

[Aprende más](#)

Enlaces de utilidad

- [Encuentra un médico cerca de ti](#)
- [Recibe asistencia médica a través de nuestra línea telefónica de ayuda 24/7](#)
- [¿Tienes preguntas? ¡Llámanos!](#)
- [Asistencia de transporte para una cita médica o para comprar medicinas](#)
- [Recursos en la comunidad](#)
- [Acompáñanos en nuestra Junta de Consejo de Miembros](#)
- Manuales de miembros
 - [CHIP](#)
 - [STAR](#)
 - [STAR Kids](#)



MK-2502-217

Copyright © 2025 Texas Children's Health Plan, All rights reserved.

Our mailing address is:
PO Box 301011, WLS-8360 Houston, TX 77230-1011

Want to change how you receive these emails?
You can [unsubscribe from this list](#).