



Winter 2026

DDD Tribal Health Program

In this issue

Welcome to the first Tribal Health Newsletter	2
Culture is Healing Conference	2
Well-care Visits for Children, Young Adults	3-4
Measles	5
Health Before Pregnancy	6-7
Care Coordination	8
Importance of Oral Health in American Indian/ Alaska Native Populations with I/DD	9
Get Ahead of Lead	10
Preventive Care for Adults	11

FOCUS ON:

So much of a child's future depends on staying healthy. Learn ways to safeguard child health.

Page 3



DIVISION OF
DEVELOPMENTAL
DISABILITIES

Introducing the Tribal Health Program Newsletter

Welcome!

To the Tribal Health Program Newsletter for Winter 2026.

This special newsletter is all about health for American Indian and Alaska Native children and families in Arizona's 22 Tribal Nations. We're talking about important health topics that matter to our tribal communities!

We'll explore topics of health conferences, like doctor check-ups for children and young

people, taking care of teeth and staying safe from harmful things like lead in homes. The Tribal Health Program wants to help people with developmental disabilities stay healthy and strong.

Our health is super important - it's about feeling good in our body, mind, and spirit. When we're healthy, we stay connected to our culture and our homeland. Our traditions and ways of life help us stay strong and take care of each other.

Highlights: Culture is Healing Conference, July 2025

American Indians and Alaska Native (AI/AN) Communities believe that their traditions and cultural practices can help people heal from tough experiences. A "Culture is Healing Conference" was held at the High-Country Conference Center on July 30th and 31, 2025.

Many tribal leaders talked about how their traditions can lift self-esteem, support families and help individuals with developmental disabilities overcome challenges and feel better about themselves.

Participants from different tribes like the Pascua Yaqui, Colorado River Indian Tribes and the Navajo Nation gathered together. Tribes shared their knowledge and experience. This made it an exciting and meaningful gathering.

Navajo traditional practitioners started the conference by sharing prayers in their traditional language. These prayers help people feel connected to their culture and the world around them. A tribal member from the Colorado River Indian Tribe shared how happy she was to be there, saying she felt balanced and close to her family's history.

Dr. Renee Ornelas shared important news about AI/AN disability communities. She talked about how AI/AN disability communities often

face a big problem: sexual abuse. Dr. Ornelas explained that many times,

these terrible situations are not reported or stopped. She wanted everyone to know that this type of abuse is not about their culture. When she spoke, many parents in the room nodded in agreement, showing they understood how important this issue is. Her message was powerful. The discussion was sensitive

but needed, helping to shine a light on a serious problem that affects many families and AI/AN communities.

A parent speaker talked about learning about DDD services they didn't know existed before. Living in a small tribal community with just two gas stations and one grocery store, finding help can be challenging. A DDD Support Coordinator helped the parents discover respite services that gave them a break and support when

they needed it most.

Zane Garcia Ramadan, DDD Assistant Director, explained that working as a team with Tribal Nations helps families get the help they need and feel supported. Thomas Cody from the Navajo Nation said that when people work together like 'one big family', they can do amazing things for tribal developmental disabilities. The main goal is to help AI/AN families get the right support, medical care, and services they need. By talking and sharing ideas, there is hope to make life better for everyone in their tribal communities.



Joseph Sandoval, Community Involvement Specialist for the Navajo Nation, at the conference.

Well-care Visits for Children, Young Adults

A well-care visit is an annual appointment that includes a physical exam and discussion that can include:

- Check developmental milestones
- Track chronic conditions
- Update immunizations
- Review medications
- Screen for mental health conditions or concerns
- Sports clearance
- Answering your healthcare related questions

Home Visiting Programs

Did you know there may be some family services you can get in your own home? Here are two programs for children and their families:

Strong Families AZ is a network of free home visiting programs that helps families raise healthy children ready to succeed in school and in life.

Programs focus on pregnant members, parents-to-be, and families with children birth to age 5.

Website: <https://strongfamiliesaz.com>

Healthy Families Arizona is a voluntary home visiting program that serves pregnant members and families of newborns (under 3 months of age).

Website: <https://dcs.az.gov/services/prevention/healthy-families-arizona>

Community Resources for Children and Adolescents

There are many supports and services across the state for DDD members and their families. You can also call 2-1-1 to find resources for food and housing, childcare, clothing, and more.

Here are other services you can turn to for help:



The Arizona Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children (WIC)

WIC provides nutrition education and breastfeeding support services, supplemental nutritious foods and referrals to health and social services. WIC serves pregnant, breastfeeding, and postpartum women; infants; and children under the age of five.

Phone: 1-800-252-5942

<https://www.azdhs.gov/prevention/azwic/index.php>

The Arizona Early Intervention Program (AzEIP)

AzEIP is a statewide program of services and supports for families of infants and toddlers, birth through two years of age, with disabilities or delays. AzEIP provides access to services to support the child's development. THP members under age 3 are assigned to a Support Coordinator, who works with the parent(s) and other team members to create an Individualized Family Service Plan.

Phone: 1-602-532-9960/1-888-592-0140

<https://des.az.gov/azeip>

Children's Rehabilitative Services (CRS)

CRS is a designation given to members under age 21 with special health care needs due to certain medical conditions. THP members eligible for CRS can receive physical and behavioral health services at either:

Continued on page 4

Well-care cont. from page 3

- The nearest Multi-specialty Interdisciplinary Clinic (MSIC); or
- An AHCCCS registered provider who is a specialist in the member's medical condition.
- DDD provides long term care services for THP members.

If you have questions about CRS, please contact DDD Maternal & Child Health at 1-844-770-9500 option 7 or maternalandchildhealth@azdes.gov

Head Start/Early Head Start

Head Start/Early Head Start programs support children's growth through a variety of services, including:

Early learning and development: Head Start programs work with families and school districts to help young children get ready for kindergarten.

Health: All children receive health screenings and nutritious meals. Families are connected with medical, dental, and mental health services to ensure children get the care and attention they need.

Family well-being: Parents and families can also get services to support family well-being and to achieve family goals, such as housing stability, continued education, and financial security.

Visit: <https://www.azed.gov/sites/default/files/media/AZHSA-Statewide-Recruitment-Flyer.pdf>

Birth to Five Helpline

The Birth to Five Helpline is a free service available to all Arizona families with young children, as well as parents-to-be, with questions or concerns about their infants, toddlers, and preschoolers.
Phone: 877-705-KIDS (5437)

Teen Lifeline

Teen Lifeline connects Arizona's teens to help and hope.

Call/text 602-248-8336 (TEEN) or 1-800-248-8336 (TEEN) outside Maricopa County

Visit: <https://teenlifeline.org/get-help>

Encircle Families (formerly known as Raising Special Kids)

Encircle Families exists to improve the lives of children with the full range of disabilities, from birth to age 26, by providing support, training, information, and individual assistance so families can become effective advocates for their children.

Phone: 602-242-4366 or 1-800-237-3007

Visit: encirclefamilies.org

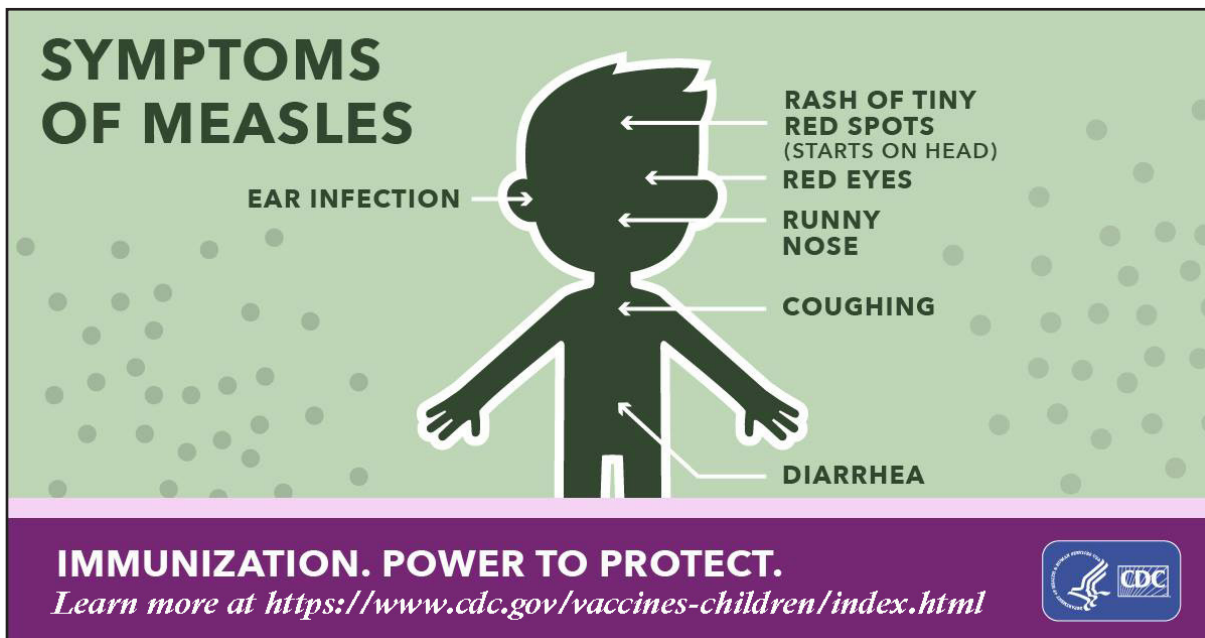
Please let your Support Coordinator know if you have any needs that are not being met.



Bernadette Etsitty, (left) Public Health Nursing Consultant, and Pharon Morgan, Tribal Health Program Coordinator (right) are two members of the THP newsletter team.

This photo was taken when the two were attending the Care for Caregivers Conference in 2024.

SYMPTOMS OF MEASLES



Measles

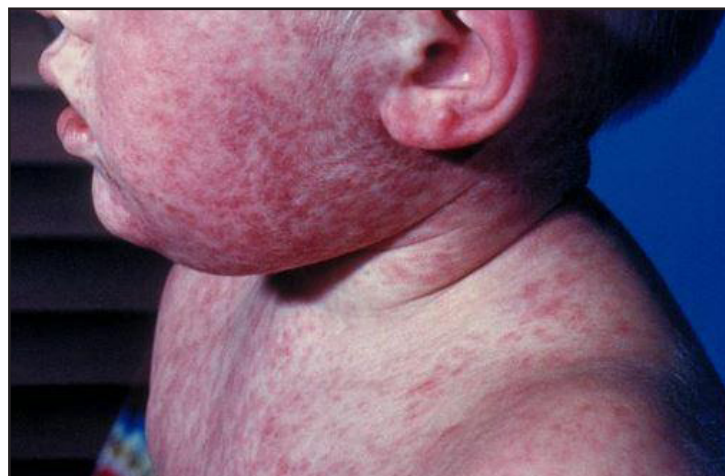
It isn't just a little rash.

Measles is a highly contagious respiratory virus that causes a red rash and illness. Measles is transmitted through the air via tiny respiratory droplets, released when an infected person coughs, sneezes, or even breathes. According to the Center for Disease Control and Prevention (CDC), about one out of five people who get measles will be hospitalized.

Measles symptoms typically include:

- High fever (may spike to more than 104-degree F.)
 - Dry cough
 - Running nose
 - Red, watery eyes
 - Rash breaks out three to five days after symptoms begin
 - Tiny white spots that may appear inside the mouth two to three days after symptoms begin
- To protect and prevent yourself and family from measles, it's important to get vaccinated. The measles-mumps-rubella (MMR) vaccine helps to provide yourself and your family with safe and long-lasting protection.

Call your doctor immediately if you think you or your child have been exposed to measles.



This image from the Centers for Disease Control shows a child with measles.

When you are contagious . . .

If you have measles, up to 90% of the people close to you, who are not immune, will also become infected.

An infected person can spread measles to others even before knowing they have the disease. A person can spread measles to others from four days before the rash appears until four days after the rash appears.

Source:

<https://www.cdc.gov/measles/causes/index.html>

Health Before Pregnancy



Healthy?

Is this the right time?

Find a doctor?

What tests are needed?

The first step in planning a healthy pregnancy is to have a checkup with your obstetrician - gynecologist (ob/gyn) or other pregnancy care provider before you get pregnant. This checkup can help you learn about things that could affect your pregnancy.

At this visit your provider will talk with you about:

- Your diet and lifestyle
- Your medical and family history
- Medications you take
- Past pregnancies
- Vaccination history
- Sexually transmitted infections (STIs)

Sexually Transmitted Infections

Sexually Transmitted Infections (STIs) are spread by sexual contact. STIs include: chlamydia, gonorrhea, human papillomavirus (HPV), herpes, syphilis, and human immunodeficiency virus (HIV).

HIV is the virus that causes acquired immunodeficiency syndrome (AIDS).

It is important to be tested for HIV if you are pregnant or thinking about getting pregnant. Early diagnosis and treatment can help you stay healthy. It can also lower the chance of passing the virus to your baby. HIV can be passed to your baby during pregnancy, childbirth, or breastfeeding.

A pregnant person should also be tested for syphilis at their first prenatal visit, at the start of their third trimester, and at the time of delivery. Syphilis can be treated and cured with antibiotics. Treatment during pregnancy helps to stop the infection from being passed to your baby during pregnancy and childbirth.

Talk to your provider about getting tested. AHCCCS covers testing and treatment. There is no co-payment or other charge for covered services.

Family Planning

You can decide to delay or prevent pregnancy by using birth control. This is called family planning. Family planning is important for deciding how many children you want to have. It gives you time to plan for a pregnancy. It gives you time to heal between pregnancies.

Before Pregnancy cont. from page 6

It's best to wait at least 18 months between giving birth and getting pregnant again.

There are many birth control options. Think about long-acting reversible contraception (LARC).

- LARC methods include:
Intrauterine devices (IUDs), a small, T-shaped device that is inserted into and left inside the uterus.
- Birth control implant, a small rod that is placed just under the skin of your upper arm.

IUDs and implants prevent pregnancy better than any other type of birth control. If you decide LARC isn't for you, there are other options including:

- Birth control pills, shots, skin patches, vaginal rings
- Condoms and spermicide
- Diaphragms, cervical caps, and sponges
- Emergency contraception, pills taken within three days of having unprotected sex
- Natural family planning
- Sterilization when certain requirements are met

Your Support Coordinator (SC) will help you with pregnancy related services including:

- Finding a pregnancy care provider.
- Finding an ADHS certified doula* if desired.
- Finding pregnancy related community support services like WIC and home visiting programs.
- Getting a breast pump.**
- Scheduling appointments.
- Medically necessary transportation.

*A doula is a trained professional who provides



continuous one-to-one physical, emotional, and informational support to a pregnant person before, during, and up to one year after childbirth. The doula must be certified through the Arizona Department of Health Services (ADHS) and be an AHCCCS-registered provider. Doula services complement pregnancy care provided by a doctor or midwife. A doula does not replace your pregnancy care provider. Ask your pregnancy care provider for a referral.

<https://directorsblog.health.azdhs.gov/supporting-the-physical-and-mental-health-of-new-and-expectant-mothers/>

**Please let your Pregnancy Care Team know if you want to breastfeed or give pumped breast milk to your baby. Breast milk has all the nutrients your baby needs in the first six months of life. Ask your pregnancy care provider for a prescription for a breast pump and accessories.

There is no co-payment or other charge for family planning and pregnancy-related services. DDD is here to help. Contact your Support Coordinator today.



Care Coordination

The Right Care, in the Right Place, at the Right Time

What is Care Coordination?

Care coordination is a supportive network to help coordinate services. It involves a team of professionals such as Support Coordinators, nurses, family members and other health care members to work together and discuss your health care needs.

Why is it important?

Care coordination is a key strategy to stay in touch with the team. The main goal of care is to meet the needs of the member to deliver high-quality and high-value health care.

There are many ways to benefit from care coordination:

1. It builds teamwork among team members and reduces confusion.
2. It improves communication among team members and the member.
3. It helps with transitions of care.
4. It aids with managing medications.
5. It assists in linking to community resources.



Havasupai Falls inside the Havasupai Nation in Northern Arizona. Tribal members call themselves “The People of the Blue-Green Water.”



Above, the Sinagua Cliff Dwellings in Camp Verde, Arizona.



About oral health

Care of American Indian/Alaska Native Population with I/DD is important

American Indians/Alaska Natives suffer from the poorest oral health of any population in the United States, with staggering rates of untreated tooth decay among children and untreated decay and gum disease among adults.

The early tooth eruption can be a factor in the dental disease crisis that affects Alaska Native children. Other factors include diet, poverty, and less access to fluoridated water and dentists.

Also, proper dental hygiene is especially important for people with intellectual and developmental disabilities (I/DD). People with I/DD also tend to form gum disease younger and more often. Other mouth issues tend to be more common in people with I/DD.

How to Keep Your Mouth Healthy

With all this knowledge, what can someone do to keep their mouth healthy?

Brush twice a day. If an individual cannot brush their teeth, a caretaker can help or do it for them.

Floss regularly. If flossing is hard, use aids such as floss holders or floss picks. These can remove food pieces that could cause cavities and gum disease.

Visit a dentist regularly by age 1, or once the tooth erupts. Dentists can help with disease prevention, early detection, and treatment.

Eat a healthy diet. Stay away from foods high in sugar and carbohydrates. Some sugar substitutes like Xylitol help prevent cavities and still satisfy your “sweet tooth”.

THP members can see any AHCCCS dental provider at:

<https://www.azahcccs.gov/Members/ProgramsAndCoveredServices/ProviderListings/>

You may also find a dental provider Type 5C at a HS/ 638 tribal dental facility at:

https://www.ada.org/-/media/project/ada-organization/ada/ada-org/files/resources/research/hpi/dental_care_access_vulnerable_populations.pdf



Get Ahead of Lead: Lead May Be Lurking Nearby

Protecting children from lead exposure is important for their good health. Children under age 6 are at greater risk because their bodies are still growing. Young children are also exploring, touching contaminated objects and putting their hands in their mouths.

Dangers of Lead Poisoning:

- Slowed growth and development
- Reading, learning problems, or behavior problems
- Brain, liver, and kidney damage
- Hearing and speech problems
- In severe cases, coma, seizures, and even death can occur.

How is lead poisoning prevented?

Primary prevention is removing lead exposure

from children's environments (see box).

This is the best way to ensure that children do not experience harmful, long-term effects of lead exposure.

Secondary prevention includes blood lead testing and follow-up care and referral. A blood test at 12 and 24 months of age is the best way to determine if a child has been exposed to lead. Blood testing should be done since most children with lead in their blood have no obvious symptoms.

If you have any questions about lead screening or blood lead testing, your child's doctor will be happy to help you.

Source: azhealth.gov/lead

Possible sources of lead

Lead-based paint

Contaminated soil

Children's toys and jewelry

Drinking water

Workplace and hobby hazards

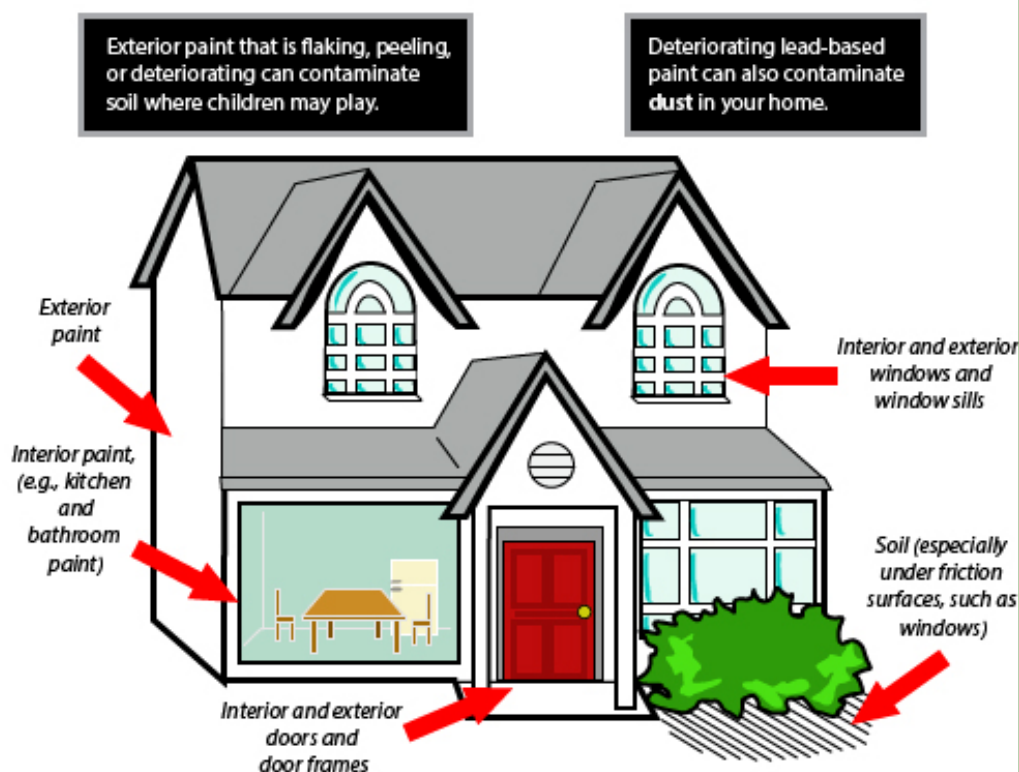
Traditional home remedies or cosmetics

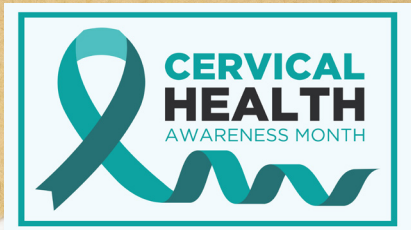
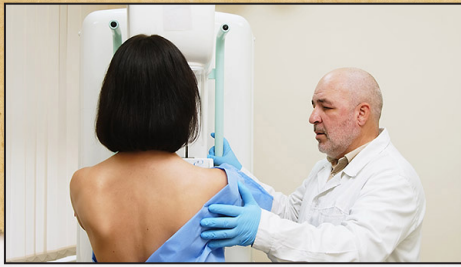
Lead glazed ceramic ware, pottery and leaded crystal

Imported candy

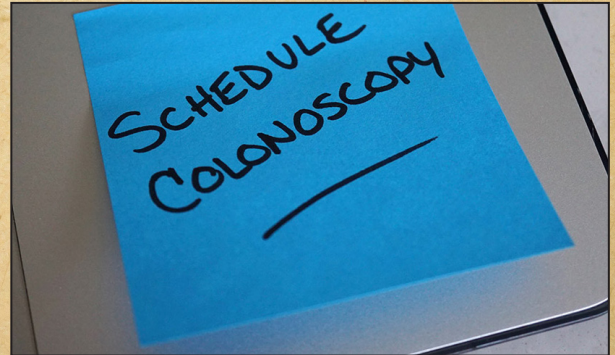
Mini blinds

Lead-based paint can be found both inside and outside the home. Do you know where to look for lead?





Prevention is better than a cure



Preventive Care for Adults

Prevention is important. Anytime that we can prevent something bad from happening, we want to. Whether it is avoiding an accident or finding early signs of a disease or illness, we want to try to stop it before it happens or gets worse. That is why adults should continue to see their primary care providers on a regular basis.

These adult preventive services are provided at no cost to you and are important to continue (See chart below):

Ask your primary care provider if you are due for these tests. Your provider may also recommend other blood work or immunizations to help protect you.

DDD is here to help you. If you have any questions, or need assistance with scheduling, please contact your Support Coordinator. You may also contact the DDD Customer Service Center at 844-770-9500 (TTY/TDD 711).

Screening	Frequency	Recommended age
Breast Cancer	Every 2 years	40 to 74
Cervical Cancer	Every 3 to 5 years	21 to 65
Colon Cancer	Every year (for certain tests) or every 5 to 10 years for other tests	45 to 75
Diabetes	Every year (if overweight or obese)	35 to 70



Invierno de 2025

DDD Boletín del Plan de Salud Tribal

En esta edición:

Bienvenida al primer Boletín de Salud Tribal	13
Conferencia Culture is Healing (La Cultura es Sanadora)	13
Visitas de cuidado preventivo para niños y adultos jóvenes	14-15
Sarampión	16
Salud antes del embarazo	17-18
Coordinación de la atención	19
Importancia de la salud oral en la población Nativa Americana/ Nativa de Alaska condiscapacidades del desarrollo	20-21
Prevención del plomo	22
Atención preventiva para adultos	23



DIVISION OF
DEVELOPMENTAL
DISABILITIES

Presentación del boletín del Programa de Salud Tribal

¡Bienvenidos!

Al Boletín del Programa de Salud Tribal para el invierno de 2026.

Este boletín especial se centra en la salud de los niños y las familias Nativas Americanas y Nativas de Alaska en las 22 Naciones Tribales de Arizona. En este boletín abordamos temas importantes de salud que son relevantes para comunidades tribales.

Exploraremos temas relacionados con conferencias de salud, chequeos médicos

Aspectos destacados: Conferencia Culture is Healing, julio de 2025

Las comunidades Nativas Americanas y Nativas de Alaska (AI/AN) creen que sus tradiciones y prácticas culturales pueden ayudar a las personas a sanar de experiencias difíciles. La conferencia Culture is Healing se realizó en el High-Country Conference Center los días 30 y 31 de julio de 2025. Muchos líderes tribales hablaron sobre cómo sus tradiciones pueden fortalecer la autoestima, apoyar a las familias y ayudar a las personas con discapacidades del desarrollo a superar retos y sentirse mejor consigo mismas.

Participantes de diferentes tribus, como Pascua Yaqui, Colorado River Indian Tribes y la Nación Navajo, se reunieron para compartir sus conocimientos y experiencias. Esto convirtió el evento en un encuentro significativo y lleno de energía.

Los practicantes tradicionales navajo iniciaron la conferencia compartiendo oraciones en su idioma ancestral. Estas oraciones ayudan a las personas a sentirse conectadas con su cultura y el mundo que las rodea. Una integrante de la tribu Colorado River Indian Tribes expresó su alegría por estar presente, diciendo que se sentía equilibrada y cercana a la historia de su familia.

La Dra. Renee Ornelas compartió información importante sobre las comunidades AI/AN con discapacidades. Habló sobre un problema grave que estas comunidades enfrentan con frecuencia: el abuso sexual. La Dra. Ornelas

para niños y jóvenes, el cuidado dental y cómo mantenerse a salvo de sustancias dañinas como el plomo en el hogar. El Programa de Salud Tribal busca ayudar a que las personas con discapacidades del desarrollo se mantengan sanas y fuertes.

Nuestra salud es fundamental: se trata de sentirnos bien en cuerpo, mente y espíritu. Cuando estamos saludables, mantenemos una conexión más sólida con nuestra cultura y nuestra tierra. Nuestras tradiciones y formas de vida nos ayudan a mantenernos fuertes y a cuidarnos unos a otros.

explicó que muchas veces estas situaciones terribles no se reportan ni se detienen. Quiso dejar claro que este tipo de abuso no tiene relación con su cultura. Mientras hablaba, muchos padres en la sala asentían, mostrando que comprendían la importancia del tema. Su mensaje fue contundente. La discusión fue sensible pero necesaria, ayudando a visibilizar un problema serio que afecta a muchas familias y comunidades AI/AN.



Joseph Sandoval, especialista en participación comunitaria de la Nación Navajo, en la conferencia Navajo Division for Children and Family Services.

Una madre ponente habló acerca de cómo aprendió sobre servicios de DDD que no sabía que existían. Viviendo en una pequeña comunidad tribal con solo dos gasolineras y una tienda de abarrotes, encontrar apoyo puede ser difícil. Un Coordinador de Apoyo de DDD ayudó a la familia a descubrir servicios de respiro que les brindaron descanso y apoyo cuando más lo necesitaban.

Zane García Ramadan, subdirector de DDD, explicó que trabajar en equipo con las Naciones Tribales ayuda a que las familias obtengan la ayuda que necesitan y se sientan acompañadas. Thomas Cody, de la Nación Navajo, dijo que cuando las personas trabajan juntas como “una gran familia”, pueden lograr cosas extraordinarias para quienes viven con discapacidades del desarrollo en sus comunidades. Su objetivo principal es ayudar a las familias AI/AN a recibir el apoyo adecuado, la atención médica y los servicios que necesitan. A través del diálogo y el Intercambio de ideas, esperan mejorar la calidad de vida de todos en sus comunidades tribales.

Visitas de cuidado preventivo para niños y adultos jóvenes

Una visita de cuidado preventivo es una cita anual que incluye un examen físico y una conversación que puede abarcar:

- Dar seguimiento a condiciones crónicas
- Actualizar las vacunas
- Revisar los medicamentos
- Detectar posibles condiciones o inquietudes de salud mental
- Autorización para practicar deportes
- Responder sus preguntas relacionadas con la atención médica

Programas de visitas en el hogar

¿Sabía que existen servicios para familias que pueden recibirse directamente en su hogar? Aquí hay dos programas dirigidos a niños y sus familias.

Strong Families AZ es una red de programas gratuitos de visitas en el hogar que ayuda a las familias a criar niños saludables y preparados para tener éxito en la escuela y en la vida.

Estos programas se enfocan en miembros embarazadas, futuros padres y familias con niños desde el nacimiento hasta los 5 años de edad.

<https://strongfamiliesaz.com>

Healthy Families Arizona es un programa voluntario de visitas en el hogar que atiende a miembros embarazadas y a familias con recién nacidos (menores de 3 meses).

<https://dcs.az.gov/services/prevention/healthy-families-arizona>

Recursos comunitarios para niños y adolescentes

Existen numerosos servicios y apoyos en todo el estado para los miembros de DDD y sus familias.

También puede llamar al 2-1-1 para encontrar recursos de alimentos y vivienda, cuidado



infantil, ropa y más.

Estos son otros servicios a los que puede acudir para obtener ayuda:

Programa de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Infantes y Niños (WIC) de Arizona

WIC ofrece educación nutricional y servicios de apoyo a la lactancia materna, alimentos nutritivos suplementarios y referencias a servicios de salud y servicios sociales. El programa atiende a mujeres embarazadas, en periodo de lactancia y posparto; así como a infantes y niños menores de cinco años.

Teléfono: 1-800-252-5942

<https://www.azdhs.gov/prevention/azwic/index.php>

Programa de Intervención Temprana de Arizona (AzEIP)AzEIP

AzEIP es un programa estatal que ofrece servicios y apoyos para familias con infantes y niños pequeños, desde el nacimiento hasta los dos años de edad, que presentan discapacidades o retrasos en su desarrollo. AzEIP brinda acceso a servicios diseñados para apoyar el desarrollo del niño. Los miembros del THP menores de 3 años son asignados a un Coordinador de Apoyo, quien trabaja con los padres y otros integrantes del equipo para crear un Plan Individualizado de Servicios Familiares

Teléfono: 1-602-532-9960/1-888-592-0140

<https://des.az.gov/azeip>

Servicios de Rehabilitación para Niños (CRS)

CRS es una designación otorgada a miembros menores de 21 años con necesidades especiales

Continúa en la on página 15

El cuidado del bienestar continúa

de atención médica debido a ciertas condiciones de salud. Los miembros del THP que son elegibles para CRS pueden recibir servicios de salud física y de salud conductual en:

- La Clínica Interdisciplinaria de Especialidades Múltiples (MSIC) más cercana; o
- Un proveedor registrado en AHCCCS que sea especialista en la condición médica del miembro.
- DDD brinda servicios de atención a largo plazo para los miembros del THP.

Si tiene preguntas sobre CRS, comuníquese con el Departamento de Salud Materna e Infantil de DDD al 1-844-770-9500 option 7 o escriba a maternalandchildhealth@azdes.gov

Head Start/Early Head Start

Los programas Head Start y Early Head Start apoyan el desarrollo de los niños a través de diversos servicios, incluyendo:

Aprendizaje y desarrollo temprano: Los programas Head Start colaboran con las familias y los distritos escolares para ayudar a que los niños pequeños estén preparados para ingresar al kínder.



Bernadette Etsitty, (izquierda) consultora de enfermería en salud pública, y Pharon Morgan, coordinadora del programa de salud tribal (derecha), son dos miembros del equipo del boletín THP. Esta fotografía en la conferencia Cuidado para cuidadores en 2024.

Salud: Todos los niños reciben evaluaciones de salud y comidas nutritivas. Las familias son conectadas con servicios médicos, dentales y de salud mental para asegurarse de que los niños reciban la atención que necesitan.

Bienestar Familiar: Los padres y las familias también pueden recibir servicios para

apoyar su bienestar y alcanzar metas familiares, como estabilidad en la vivienda, educación continua y seguridad financiera.

Visite: <https://www.azed.gov/sites/default/files/media/AZHSA-Statewide-Recruitment-Flyer.pdf>

Línea de Ayuda Birth to Five

La línea de ayuda Birth to Five es un servicio gratuito disponible para todas las familias de Arizona con niños pequeños, así como para futuros padres, que tengan preguntas o inquietudes sobre sus bebés, niños pequeños o preescolares. Teléfono: 877-705-KIDS (5437)

Teen Lifeline

Teen Lifeline conecta a los adolescentes de Arizona con apoyo y esperanza.

Call/text 602-248-8336 (TEEN) or 1-800-248-8336 (TEEN) outside Maricopa County

Visite: <https://teenlifeline.org/get-help>

Encircle Families (antes conocido como Raising Special Kids)

Encircle Families existe para mejorar la vida de niños con todo tipo de discapacidades, desde el nacimiento hasta los 26 años, ofreciendo apoyo, capacitación, información y asistencia individual para que las familias puedan convertirse en defensores eficaces de sus hijos.

Phone: 602-242-4366 or 1-800-237-3007

Visit: encirclefamilies.org

Por favor, informe a su Coordinador de Apoyo si tiene alguna necesidad que no esté siendo atendida.

SÍNTOMAS DEL SARAMPIÓN

ERUPCIÓN DE PEQUEÑAS MANCHAS ROJAS (COMIENZA EN LA CABEZA)

OJOS ROJOS Y LLOROSOS

SECRECIÓN NASAL

TOS SECA

DÍARREA

INFECCIÓN DE OÍDO

INMUNIZACIÓN. EL PODER DE PROTEGER.

Obtenga más información at <https://www.cdc.gov/vaccines-children/index.html>

Sarampión

No es solo un pequeño sarpullido.

El sarampión es un virus respiratorio altamente contagioso que causa un sarpullido rojo y enfermedad. El sarampión se transmite por el aire a través de diminutas gotitas respiratorias que se liberan cuando una persona infectada tose, estornuda o incluso respira. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), aproximadamente una de cada cinco personas que contrae sarampión necesitará hospitalización.

Los síntomas comunes del sarampión incluyen:

- Fiebre alta (puede superar los 104 °F)
- Tos seca
- Secreción nasal
- Ojos rojos y llorosos
- Sarpullido que aparece entre tres y cinco días después de que comienzan los síntomas
- Pequeñas manchas blancas dentro de la boca que pueden aparecer dos o tres días después del inicio de los síntomas

Para protegerse y proteger a su familia del sarampión, es importante vacunarse. La vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola (MMR) ofrece una protección segura y duradera.



Esta imagen de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades muestra a un niño con sarampión.

Período de contagio . . .

Si tiene sarampión, hasta el 90% de las personas a su alrededor que no son inmunes también se infectarán.

Una persona infectada puede transmitir el sarampión incluso antes de saber que está enferma. Puede contagiar desde cuatro días antes de que aparezca el sarpullido hasta cuatro días después de que el sarpullido aparece. Llame a su médico de inmediato si cree que usted o su hijo han estado expuestos al sarampión.

Source:

<https://www.cdc.gov/measles/causes/index.html>



Salud antes del embarazo

¿Saludable?

¿Es este el momento adecuado?

¿Busca a un médico?

¿Qué pruebas se necesitan?

El primer paso para planificar un embarazo saludable es programar un chequeo con su obstetra-ginecólogo (OB/GYN) u otro proveedor de atención prenatal antes de quedar embarazada. Esta visita puede ayudarle a conocer factores que podrían afectar su embarazo.

En esta consulta, su proveedor hablará con usted sobre:

- Su alimentación y estilo de vida
- Su historial médico y familiar
- Los medicamentos que toma
- Embarazos previos
- Historial de vacunación
- Infecciones de transmisión sexual (ITS)

Infecciones de transmisión sexual (ITS)

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) se transmiten por contacto sexual. Entre las ITS se encuentran: clamidia, gonorrea, virus del papiloma humano (VPH), herpes, sífilis y virus de inmunodeficiencia humana (VIH).

El VIH es el virus que causa el síndrome

de inmunodeficiencia adquirida (SIDA). Es importante hacerse la prueba del VIH si está embarazada o está pensando en quedar embarazada. Un diagnóstico y tratamiento tempranos pueden ayudarle a mantenerse saludable y reducir las posibilidades de transmitir el virus a su bebé. El VIH puede transmitirse al bebé durante el embarazo, el parto o la lactancia.

Una persona embarazada también debe hacerse la prueba de sífilis en su primera visita prenatal, al inicio del tercer trimestre, y al momento del parto. La sífilis puede tratarse y curarse con antibióticos. El tratamiento durante el embarazo ayuda a evitar que la infección se transmita al bebé durante el embarazo o el nacimiento.

Hable con su proveedor sobre hacerse las pruebas. AHCCCS cubre las pruebas y el tratamiento. No hay copagos ni otros cargos por los servicios cubiertos.

Planificación familiar

Usted puede decidir retrasar o prevenir un embarazo utilizando métodos anticonceptivos. A esto se le llama planificación familiar. La

Continúa en la on página siguiente

Salud antes del embarazo continuó

planificación familiar es importante para decidir cuántos hijos desea tener. Le da tiempo para prepararse para un embarazo y para recuperarse entre un embarazo y el siguiente. There are many birth control options.

Es mejor esperar al menos 18 meses entre dar a luz y volver a quedar embarazada. Existen muchos métodos anticonceptivos. Considere los métodos de anticoncepción reversible de acción prolongada (LARC). Los métodos LARC incluyen:

- Dispositivos intrauterinos (DIU), que son pequeños dispositivos en forma de que se insertan y permanecen dentro del útero.
- Implante anticonceptivo, una pequeña varilla que se coloca justo debajo de la piel de la parte superior del brazo.

Los DIU y los implantes previenen el embarazo mejor que cualquier otro tipo de anticonceptivo. Si decide que un método LARC no es el adecuado para usted, existen otras opciones, entre ellas:

- Pastillas anticonceptivas, inyecciones, parches cutáneos y anillos vaginales
- Condones y espermicidas
- Diafragmas, capuchones cervicales y esponjas
- Anticoncepción de emergencia, píldoras que se toman dentro de los tres días posteriores a haber tenido relaciones sexuales sin protección
- Planificación familiar natural
- Esterilización cuando se cumplen ciertos requisitos

Su Coordinador(a) de Apoyo (SC) le ayudará con los servicios relacionados con el embarazo, incluyendo:

- Encontrar un proveedor de atención prenatal.



- Encontrar una doula certificada por ADHS*, si así lo desea.
- Obtener un extractor de leche.**
- Programar citas.
- Encontrar servicios comunitarios relacionados con el embarazo, como WIC y programas de visitas domiciliarias
- Transporte médicamente necesario

*Una doula es una profesional capacitada que brinda apoyo físico, emocional e informativo, de forma continua y personalizada, a una persona embarazada antes, durante y hasta un año después del parto. La doula debe estar certificada por el Departamento de Servicios de Salud de Arizona (ADHS) y ser una proveedora registrada en AHCCCS. Los servicios de doula complementan la atención del embarazo brindada por un médico o partera; no reemplazan a su proveedor de atención prenatal. Consulte con su proveedor de atención prenatal para obtener una remisión <https://directorsblog.health.azdhs.gov/supporting-the-physical-and-mental-health-of-new-and-expectant-mothers/>

** Por favor, infórmele a su Equipo de Atención del Embarazo si desea amamantar o darle a su bebé leche materna extraída. La leche materna contiene todos los nutrientes que su bebé necesita durante los primeros seis meses de vida. Pídale a su proveedor de atención prenatal una receta para un extractor de leche y sus accesorios.

No hay copago ni ningún otro cargo por los servicios de planificación familiar y los servicios relacionados con el embarazo. DDD está aquí para ayudarle. Comuníquese hoy mismo con su Coordinador(a) de Apoyo.



Coordinación de la Atención

La atención adecuada, en el lugar adecuado y en el momento

¿Qué es la coordinación de la atención?

La coordinación de la atención es una red de apoyo diseñada para ayudar a coordinar los servicios. Incluye a un equipo de profesionales, como Coordinadores(as) de Apoyo, enfermeras, familiares y otros miembros del equipo de atención médica, que trabajan juntos para analizar sus necesidades de atención médica.

¿Por qué es importante?

La coordinación de la atención es una estrategia clave para mantener comunicación constante con el equipo. El objetivo principal es atender las necesidades del miembro y proporcionar atención médica de

alta calidad y alto valor.

Existen muchas maneras de beneficiarse de la coordinación de la atención:

1. Fomenta el trabajo en equipo entre los miembros del equipo y reduce la confusión.
2. Mejora la comunicación entre los miembros del equipo y el miembro.
3. Facilita las transiciones en la atención médica.
4. Ayuda con el manejo de los medicamentos.
5. Asiste con la conexión a recursos comunitarios.



Cascadas Havasupai dentro de la Nación Havasupai en el norte de Arizona. Los miembros tribales se autodenominan “La gente del Agua Azul-Verde.”



Arriba, las viviendas del acantilado de Sinagua en Camp Verde, Arizona.



Sobre la salud bucal

La atención a la población Nativa Americana/Nativa de Alaska con discapacidad intelectual y del desarrollo (I/DD) es importante

Las personas Nativas Americanas y Nativas de Alaska presentan la peor salud bucal de cualquier población en los Estados Unidos, con tasas alarmantes de caries dental sin tratar en niños, y caries y enfermedades de las encías sin tratar en adultos.

La erupción dental temprana puede ser un factor que contribuye a la crisis de enfermedades dentales que afecta a los niños Nativos de Alaska. Otros factores incluyen la alimentación, la pobreza y el menor acceso a agua fluorada y a dentistas.

Además, la higiene dental adecuada es especialmente importante para las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo (I/DD), ya que estas



personas tienden a desarrollar enfermedades de las encías a edades más tempranas y con mayor frecuencia. También, otros problemas bucales también suelen ser más comunes.

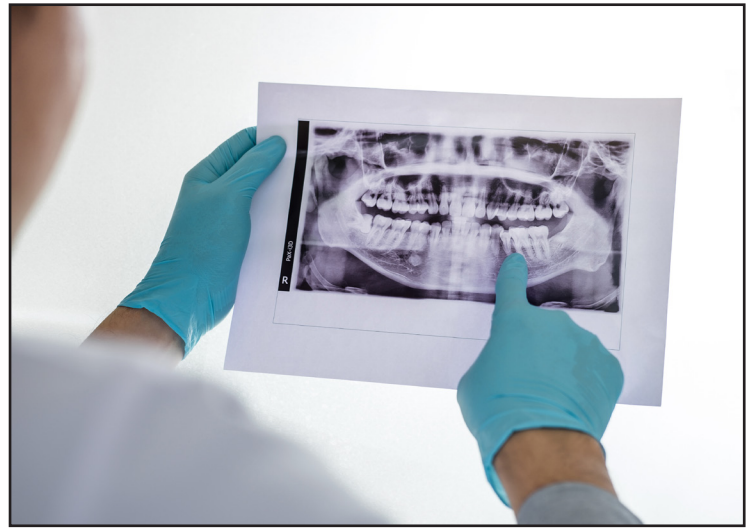
Cómo mantener su boca saludable

Con esta información, ¿qué puede hacer una persona para mantener su boca saludable?

Cepílese los dientes dos veces al día. Si una persona no puede cepillarse por sí misma, un cuidador puede ayudarle o hacerlo por ella.

Use hilo dental con regularidad. Si usar hilo dental es difícil, emplee herramientas como porta hilo o palillos con hilo dental. Estos pueden ayudar a eliminar restos de comida que pueden causar caries y enfermedades de las encías.

Visite al dentista regularmente desde el primer año de vida o cuando aparezca el primer diente. Los dentistas pueden ayudar a prevenir enfermedades, detectar problemas temprano y brindar tratamiento.



Consuma una alimentación saludable. Evite los alimentos con alto contenido de azúcar y carbohidratos. Algunos sustitutos del azúcar, como el xilitol, ayudan a prevenir las caries y aun así satisfacen el gusto por lo dulce. Xylitol help prevent cavities and still satisfy your “sweet tooth”.



Los miembros de THP pueden recibir atención de cualquier proveedor dental de AHCCCS en:

<https://www.azahcccs.gov/Members/ProgramsAndCoveredServices/ProviderListings/>

También puede encontrar un proveedor dental de Tipo 5C en un centro dental tribalHS/638 en:

https://www.ada.org/-/media/project/ada-organization/ada/ada-org/files/resources/research/hpi/dental_care_access_vulnerable_populations.pdf



Cuídese del Plomo: El Plomo Puede Estar Más Cerca de lo que Piensa

Proteger a los niños de la exposición al plomo es esencial para mantener una buena salud. Los niños menores de 6 años corren un mayor riesgo porque sus cuerpos aún están en desarrollo. Además, los niños pequeños exploran constantemente, tocan objetos contaminados y se llevan las manos a la boca. Peligros del Envenenamiento por Plomo:

- Desaceleración del crecimiento y desarrollo
- Problemas de lectura u otras dificultades de aprendizaje; problemas de conducta
- Daño al cerebro, hígado y riñones
- Problemas de audición y habla
- En casos graves, pueden presentarse coma, convulsiones e incluso la muerte

¿Cómo se puede prevenir el envenenamiento por plomo?

La prevención primaria consiste en eliminar la exposición al plomo en los entornos donde se encuentran los niños (vea el recuadro). Esta es la mejor manera de asegurarse de que los niños no sufran efectos dañinos a largo plazo por la exposición al plomo.

La prevención secundaria incluye la prueba de detección de plomo en sangre, así como la atención y referencias de seguimiento. Un análisis de sangre a los 12 y 24 meses de edad es la mejor forma de determinar si un niño ha estado expuesto al plomo. Estas pruebas deben realizarse porque la mayoría de los niños con presencia de plomo en la sangre no muestran síntomas evidentes.

Si tiene preguntas sobre la detección o las pruebas de plomo en sangre, el médico de su hijo estará encantado de ayudarle.

Source: azhealth.gov/lead

Posibles fuentes del plomo

Pintura a base de plomo

Tierra contaminada

Juguetes y joyería infantiles

Agua potable

Peligros laborales y de aficiones

Hogar tradicional
Remedios y cosméticos

Cerámica vidriada con plomo, cerámica y cristal plomizado

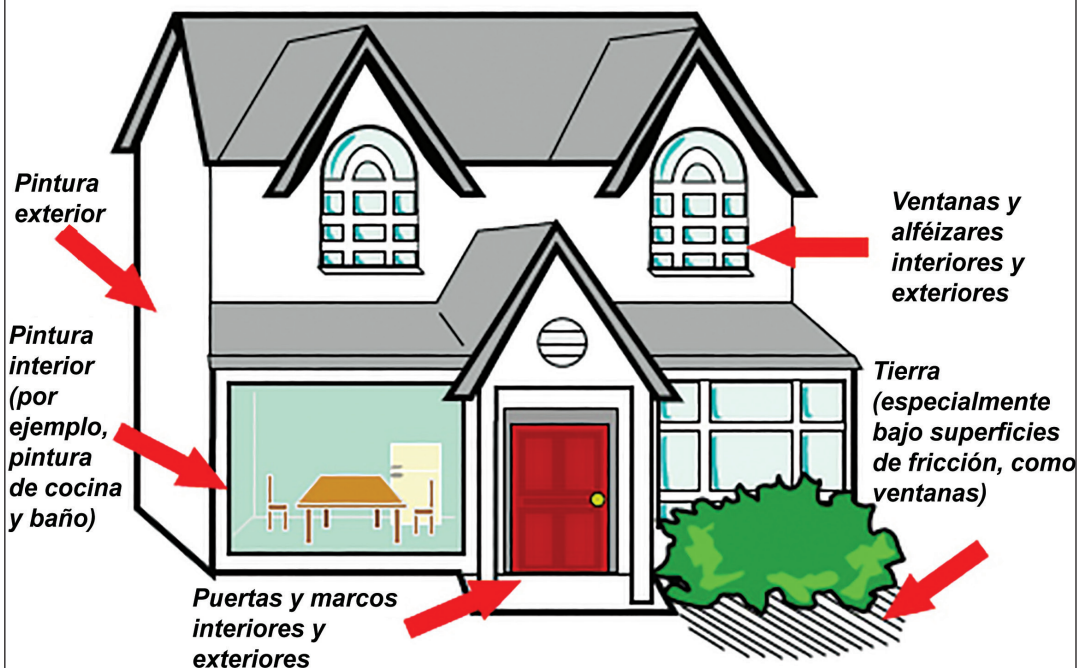
Caramelos importados

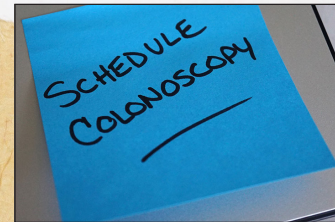
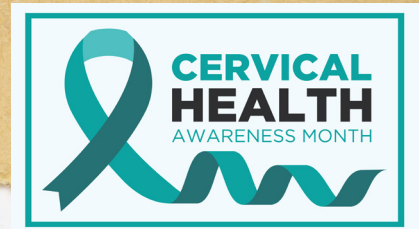
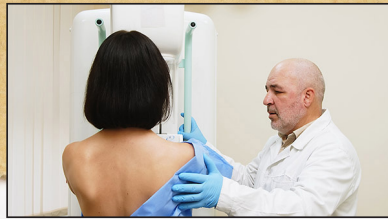
Mini blinds

La pintura a base de plomo se puede encontrar tanto dentro como fuera de la casa. ¿Sabe dónde buscar plomo?

La pintura exterior que se descascara, desprende o se deteriora puede contaminar el suelo donde los niños juegan.

La pintura de plomo deteriorada también puede contaminar el polvo en su hogar.





Atención Preventiva para Adultos

La prevención es importante. Siempre que podamos evitar que ocurra algo perjudicial, debemos hacerlo. Ya sea para evitar un accidente o detectar signos tempranos de una enfermedad o afección, queremos intentar detenerlo antes de que ocurra o empeore. Por eso es importante que los adultos continúen visitando regularmente a sus proveedores de atención primaria.

Estos servicios preventivos para adultos se ofrecen sin costo alguno para usted y es importante continuarlos (consulte la tabla

a continuación).

Pregúntele a su proveedor de atención primaria si le corresponde realizarse estas pruebas. Su proveedor también puede recomendarle otros análisis de sangre o vacunas para ayudarle a protegerse.

DDD está aquí para ayudarle. Si tiene alguna pregunta o necesita ayuda para programar una cita, comuníquese con su Coordinador de Apoyo. También puede comunicarse con el Centro de Servicio al Cliente de DDD al 844-770-9500 (TTY/TDD 711).

Examen	Frecuencia	Edad recomendada
Cáncer de mama	Cada 2 años	40 - 70
Cáncer de cuello uterino	Prueba de Papanicolaou cada 3 años or prueba de VPH cada 5 años	21 -65
Cáncer de colon	Prueba basadas en heces cada año o colonoscopia cada 10 años	45 - 75
Diabetes (tipo 2)	Cada 3 años si tiene sobrepeso u obesidad; con mayor frecuencia si hay cada 10 años	35 - 70

Division of Developmental Disabilities
1789 W. Jefferson Street
Phoenix, AZ 85007
Mail Drop-2HA1



DIVISION OF
**DEVELOPMENTAL
DISABILITIES**

Customer Service
Call 1-844-770-9500

Equal Opportunity Employer/Program ♦ Auxiliary Aids and services are available upon request to individuals with disabilities ♦ To request the document in alternative format or for further information about this policy, contact the Division of Developmental Disabilities ADA Coordinator at 602-771-2893; TTY/TDD Services: 7-1-1 ♦ Disponible en español en línea en la oficina local.

The DDD Tribal Health Plan would like to acknowledge those who contributed to the research, writing and design of this publication.