

Healthy Kids | Niños sanos



Pase a la atención médica para adultos

Crecer implica grandes transiciones. Después de graduarse de la escuela secundaria, muchos jóvenes comienzan la universidad o se mudan a vivir solos.

Los miembros de STAR Health todavía pueden obtener beneficios y servicios de Superior después de que cumplen 18 años de edad. Dichos servicios continúan hasta que los miembros cumplan 21 años de edad. No cambian los servicios que se ofrecen.

Para permanecer en STAR Health, los miembros deben actualizar su dirección llamando al 2-1-1 o visitando el sitio web: YourTexasBenefits.com.

¿Preguntas? Llame a Servicios para miembros al **1-866-912-6283**.

Los miembros que asistan a la universidad deben vacunarse contra la meningitis bacteriana. Deben ponerse una primera vacuna o una dosis de refuerzo en algún momento durante los cinco años anteriores a la inscripción.

Graduating to adult care

Growing up means big transitions. After high school graduation, many kids head off to college or move out on their own.

STAR Health members can still get benefits and services from Superior after turning 18. These services continue until members turn 21. The services offered do not change.

To stay in STAR Health, members must update their address by calling **2-1-1** or by going online at YourTexasBenefits.com. Questions? Call Member Services at **1-866-912-6283**.

Members who are going to college must be immunized for bacterial meningitis. They must have an initial vaccination or a booster dose sometime in the five years before they enroll.

SHP_20184524

How do I know if my child needs help?

Have you noticed a change in your child? Help might be needed if your child:

- Has problems at school or home and struggles to cope with daily life
- Feels very sad, stressed or worried
- Is not sleeping or eating well
- Has thoughts about hurting themselves or hurting others
- Is troubled by strange thoughts (such as hearing voices)

Superior has mental health and substance abuse specialists. We can help you find a doctor and inpatient or outpatient treatment programs. You do not have to get a referral for these services.

If you feel your life or your child's life is in danger, call **9-1-1**. You can also go to a crisis center or an emergency room. You do not have to wait for an emergency to get help. Call **1-866-912-6283** to get care right away.



Water safety tips

Having fun in the water is a great way to beat the summer heat. Here are some simple tips to keep your family safe around water:

- Set water safety rules.
- Have an adult constantly watch kids around water.
- Learn to swim.
- Wear properly fitted U.S. Coast Guard-approved life jackets, not water wings or arm floaties.
- Block water access with fences, self-locking gates and door alarms.
- Learn CPR.
- Take the Colin's Hope water safety quiz at colinshope.org/quiz.

Know your covered benefits

Superior's Utilization Management (UM) department can help you find out if a service is covered under your benefits. We might talk to your doctor or review your health records to make sure the service is medically necessary.

Services that are medically necessary are those that:

- Prevent or treat illnesses and conditions
- Agree with medical standards
- Are provided in a safe place

Superior makes decisions based on appropriateness of care. We do not reward doctors or staff for approving or denying care. We do not make decisions for financial reasons. The UM department is available 8 a.m. to 5 p.m. Monday through Friday, except for state-approved holidays. Call the UM department at **1-800-218-7508**. Call **1-866-912-6283** after hours and on weekends.



¿Cómo sé si mi hijo necesita ayuda?

¿Ha notado cambios en su hijo? Podría necesitar ayuda si su niño:

- Tiene problemas en la escuela o en casa y le cuesta lidiar con la vida diaria
- Se siente triste, angustiado o preocupado
- No duerme ni come bien
- Piensa en lastimarse o en lastimar a otras personas
- Lo importunan pensamientos extraños (de que escucha voces, por ejemplo)

Superior cuenta con especialistas en salud mental y en abuso de sustancias. Podemos ayudarlo a encontrar un médico, así como programas de tratamiento con hospitalización o ambulatorios. No tiene que obtener una remisión para estos servicios.

Si siente que su vida o la de su hijo corren peligro, llame al **9-1-1**. También puede acercarse a un centro de crisis o a una sala de emergencias. No tiene que esperar una emergencia para recibir ayuda. Llame al **1-866-912-6283** para obtener atención de inmediato.



Consejos de seguridad acuática

Una gran manera de abatir el calor veraniego es divertirse en el agua. A continuación le mencionamos algunos consejos simples para mantener segura a su familia cuando esté cerca del agua:

- Establezca reglas de seguridad acuática.
- Procure que un adulto supervise continuamente a los jóvenes cuando estén cerca del agua.
- Aprenda a nadar.
- En vez de alas acuáticas o flotadores para brazos, utilice chalecos salvavidas aprobados por la Guardia Costera de EE. UU. que estén bien equipados.
- Bloquee el acceso al agua con cercas, verjas de cerrojo automático y alarmas para puertas.
- Aprenda reanimación cardiopulmonar (cardiopulmonary resuscitation, CPR).
- Haga el examen de seguridad acuática Colin's Hope en colinshope.org/quiz.

Conozca sus beneficios cubiertos

El Departamento de la Administración de la Utilización (Utilization Management, UM) de Superior puede ayudarlo a determinar si un servicio está cubierto por sus beneficios. Podríamos hablar con su médico o revisar sus informes médicos para asegurarnos de que el servicio sea médicamente necesario.

Los servicios que son médicamente necesarios son aquellos que:

- Evitan o tratan enfermedades y afecciones
- Concuerdan con los estándares médicos
- Se prestan en un lugar seguro

Superior toma decisiones basadas en la adecuación de la atención médica. No recompensamos a los médicos ni al personal por permitir que reciba la atención médica o por negársela. No tomamos decisiones por razones financieras. El Departamento de la UM está disponible de 8 a.m. a 5 p.m. de lunes a viernes, excepto en feriados aprobados estatalmente. Llame al Departamento de la UM al **1-800-218-7508**. Llame al **1-866-912-6283** después del horario de atención y los fines de semana.



**Embracing
Every Child**
STAR Health

Published by Manifest LLC. © 2018. 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 health-care provider. Consult your physician before making major changes in your lifestyle or health-care regimen. Manifest makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles.

Publicado por Manifest LLC. Derechos de autor, © 2018. 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. Manifest no hace recomendaciones ni da garantías respecto a ningún producto o servicio mencionado en esta publicación o en los artículos.



SHP_20184524



Getting kids ready to play

Is a child in your care active in sports? If so, he or she should have a sports physical before school starts in the fall. Sports physicals are required by many schools and youth sports groups.

Superior covers school, camp and sports physicals for members ages 4 to 18.

Also, don't forget that kids in care need a Texas Health Steps checkup every year. Newly placed children need a Texas Health Steps checkup within 30 days and a dental checkup within 60 days of joining the STAR Health program.

Call STAR Health at **1-866-912-6283** if you need help finding a provider.

Preparar a los jóvenes para que jueguen

¿Su hijo es activo en los deportes? De ser así, su hijo debe hacerse una evaluación física deportiva antes del inicio de clases en otoño. Muchas escuelas y asociaciones deportivas juveniles exigen evaluaciones físicas deportivas.

Superior cubre el costo de las evaluaciones físicas escolares, de campamento y deportivas para miembros de edades comprendidas entre los 4 y 18 años.

Asimismo, no olvide que los jóvenes bajo cuidado necesitan someterse a un chequeo de Texas Health Steps cada año. Los niños recientemente asignados necesitan un chequeo médico de Texas Health Steps en un plazo de 30 días y un chequeo odontológico en los 60 días posteriores a su inscripción en el programa STAR Health.

Llame a STAR Health al **1-866-912-6283** si necesita ayuda para encontrar un proveedor.

Statement of Non-Discrimination



Superior HealthPlan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. Superior does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Superior:

- **Provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:**
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)
- **Provides free language services to people whose primary language is not English, such as:**
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need these services, contact Superior at the number on the back of your Superior member ID Card. (Relay Texas/TTY: 1-800-735-2989). If you believe that Superior has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a grievance with:

**Superior HealthPlan
Complaints Department
5900 E. Ben White Blvd.
Austin, TX 78741**

Or

**Call the number on the back of
your Superior member ID card.
Relay Texas/TTY: 1-800-735-2989
Fax: 1-866-683-5369**

You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, Superior is available to help you. You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, 1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD).

Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Declaración de no discriminación

Superior HealthPlan cumple con las leyes de derechos civiles federales aplicables y no discrimina basándose en la raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, o sexo. Superior no excluye personas o las trata de manera diferente debido a su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, o sexo.

Superior:

- **Proporciona ayuda y servicios gratuitos a las personas con discapacidad para que se comuniquen eficazmente con nosotros, tales como:**
 - Intérpretes calificados de lenguaje por señas
 - Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)
- **Proporciona servicios de idiomas a las personas cuyo lenguaje primario no es el inglés, tales como:**
 - Intérpretes calificados
 - Información escrita en otros idiomas

Si necesita estos servicios, comuníquese con Superior llame al número en el reverso de su tarjeta de identificación de afiliado (Relay Texas/TTY: 1-800-735-2989). Si considera que Superior no le ha proporcionado estos servicios, o en cierto modo le ha discriminado debido a su raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo, puede presentar una queja ante:

**Superior HealthPlan
Complaints Department
5900 E. Ben White Blvd.
Austin, TX 78741**

O

**Llame al número en el reverso de su
tarjeta de identificación de afiliado.
Relay Texas/TTY: 1-800-735-2989
Fax: 1-866-683-5369**

Usted puede presentar una queja en persona, por correo, fax, o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, Superior está disponible para brindarle ayuda. También puede presentar una queja de violación a sus derechos civiles ante la Oficina de derechos civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (U.S. Department of Health and Human Services), en forma electrónica a través del portal de quejas de la Oficina de derechos civiles, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o por correo o vía telefónica llamando al: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, 1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD).

Los formularios de queja están disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

ENGLISH: Language assistance services, auxiliary aids and services, and other alternative formats are available to you free of charge. To obtain this, call the number on the back of your Superior ID card (TTY: 1-800-735-2989).

SPANISH: Servicios de asistencia de idiomas, ayudas y servicios auxiliares, y otros formatos alternativos están disponibles para usted sin ningún costo. Para obtener esto, llame al número al dorso de su tarjeta de identificación Superior (TTY: 1-800-735-2989).

SPANISH: ATENCIÓN: Si usted habla español, disponemos de servicios lingüísticos gratuitos para usted. Llame al número al dorso de su tarjeta de identificación Superior (TTY: 1-800-735-2989).

VIETNAMESE: XIN LŨU Ý: Nếu quý vị nói tiếng Việt, các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ được cung cấp hoàn toàn miễn phí cho quý vị. Hãy gọi số ở mặt sau trên thẻ ID thành viên Superior của quý vị (TTY: 1-800-735-2989).

CHINESE: 注意：如果您讲中文，可免费获得语言协助服务。请拨打您Superior会员卡背面的电话号码（文本电话：1-800-735-2989）。

KOREAN: 알림: 귀하께서 한국어를 사용하신다면, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. Superior 회원 ID 카드 뒷면에 있는 번호로 전화하십시오(TTY: 1-800-735-2989).

ARABIC: تنبيه: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، فلدينا خدمات مساعدة لغوية مجانية من أجلك. اتصل بالرقم الموجود على ظهر بطاقة عضوية Superior الخاصة بك (جهاز الاتصال للصم والبكم: 1-800-735-2989)

URDU: فرمائیں: اگر آپ اردو زبان بولتے ہیں، تو زبان میں معاونت کی خدمات آپ کو مفت میں دستیاب ہیں۔ اپنے Superior ممبر آئی ڈی کارڈ کی پشت پر موجود نمبر پر کال کریں (ٹی ٹی وائی: 1-800-735-2989)۔

TAGALOG: BIGYANG-PANSIN: kung nagsasalita ka ng Tagalog, may mga serbisyong pantulong sa wika na libre para sa iyo. Tawagan ang numero sa likod ng iyong ID card ng miyembro ng Superior (TTY: 1-800-735-2989).

FRENCH: ATTENTION : Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont offerts gratuitement. Appelez le numéro au dos de votre carte d'identification Superior (ATS : 1-800-735-2989).

HINDI: ध्यानार्थ: यदि आप हिन्दी बोलते हैं, तो भाषा सहायता सेवाएं, आपके लिए निःशुल्क उपलब्ध हैं। आपके Superior सदस्य आईडी कार्ड के पीछे दिए गए नंबर पर कॉल करें (TTY: 1-800-735-2989)।

PERSIAN:	توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، خدمات کمک رسانی زبانی، به صورت رایگان، آماده خدمت رسانی به شما هستند. با شماره واقع در پشت کارت شناسایی عضویت Superior خود (TTY: 1-800-735-2989) تماس بگیرید.
GERMAN:	HINWEIS: Wenn Sie Deutsch sprechen ist kostenlose Unterstützung in Ihrer Landessprache für Sie verfügbar. Rufen Sie die Nummer auf der Rückseite der Superior Mitgliedsausweiskarte an (TTY: 1-800-735-2989).
GUJARATI:	ધ્યાન આપો: જો તમે ગુજરાતી, ભાષા બોલતા હો તો સહાયતા સેવા, વિના મૂલ્યે, આપના માટે ઉપલબ્ધ છે. આપના Superior સભ્યપદ આઈડી કાર્ડ પાછળ આપેલા નંબર પર કોલ કરો (TTY: 1-800-735-2989)
RUSSIAN:	ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Подзвонить за номером, вказаним на зворотній стороні Вашої членської картки Superior (номер телетайпу: 1-800-735-2989).
JAPANESE:	お知らせ：日本語でのサポートを無料でご利用いただけます。Superior会員IDカードの裏面に記載の番号（TTY：1-800-735-2989）にお電話ください
LAOTIAN:	ກາລຸນາໃຫ້ຄວາມສົນໃຈ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາ(ລາວ) ບໍ່ຮູ້ການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອພາສາມີໃຫ້ທ່ານໂດຍບໍ່ເສຍ ຕົນ. ໃຫ້ໂທຫາເລກທີ່ຢູ່ດ້ານຫຼັງຂອງ Superior ບັດຊະມາຊິກທ່ານ (1-800-735-2989)