



Tips for managing ADHD

Children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) may have problems at home and at school. They may have trouble focusing. They may be forgetful. Are you caring for a child with ADHD? Here are a few tips from the Centers for Disease Control and Prevention to help manage symptoms:

- **Create a routine:** Follow the same steps every day to build good habits and improve behavior.
- **Limit choices:** Too many options can be stressful.
- **Be specific:** Use short, clear directions when talking.

To learn more, go to www.cdc.gov/ncbddd/adhd.

Children ages 6-12 who were recently prescribed an ADHD medication need follow-up care. They should have at least three visits within 10 months with the doctor who prescribed the medication. The first visit should be within 30 days.

Consejos para manejar el ADHD

Los niños con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (Attention Deficit Hyperactivity Disorder, ADHD) pueden tener problemas en la escuela y en el hogar. Pueden tener dificultades para concentrarse. Pueden ser olvidadizos. ¿Usted cuida a un niño con ADHD? A continuación, se muestran algunos consejos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades con el propósito de controlar los síntomas:

- **Crear una rutina:** Siga los mismos pasos todos los días para crear buenos hábitos y mejorar el comportamiento.
- **Limitar las opciones:** Demasiadas opciones pueden ser estresantes.
- **Ser específico:** Dé instrucciones claras y concisas al momento de hablar.

Diríjase a www.cdc.gov/ncbddd/adhd para obtener más información.

Los niños de 6 a 12 años de edad que recientemente toman medicamentos con receta para el ADHD necesitan atención de seguimiento. Los niños deben tener al menos tres consultas en un plazo de 10 meses con el médico que le recetó el medicamento. La primera visita debería ser en un plazo de 30 días.



Time for a **checkup**

Are you caring for foster children? They need to get regular checkups. **The chart below tells you when to get these checkups.**

Child's status	Texas Health Steps medical checkup	Dental checkup*
Already in foster care	Every year	Every six months
Newly placed, 6 months and older**	Within 30 days of enrollment in STAR Health	Within 60 days of enrollment in STAR Health

Do you need help finding a provider or dentist? Call Superior at **1-866-912-6283**, or go to **www.FosterCareTX.com** and click "Find a Doctor."

*Enrolled kids can go to any dentist in the Superior network.

**This does not apply to kids in foster care who are moving from one home to another.

Giving you **our best**

Superior works hard to give you the best care. Each year, the Quality Improvement (QI) Department finds new ways to do just that.

The QI Department does this by setting goals. In 2016, we set goals like making sure members get the care they need quickly. Another goal was to make sure members get their well-check visits and health screenings. Superior also set a goal to achieve a four-star rating from the National Committee for Quality Assurance (NCQA) for our Medicaid products.

Superior created a special task force focused on member satisfaction. The task force reviewed survey results and decided which areas we needed to work on. Superior created an action plan and tracked our progress toward these goals. The 2016 survey results show that members are getting needed care and getting it quickly. We sent letters and made phone calls to remind members to get their well-check visits and health screenings. As a result, more members completed well-check visits and health screenings.

Superior earned a score of 4.0 on a 5.0 scale in NCQA's Medicaid Health Insurance Plan Ratings for 2016–2017, the only Medicaid health plan in Texas to do so. This makes Superior the top-rated Medicaid plan in Texas.

These are just some of the ways that we work to provide you quality health care. To learn more about our goals or the QI Department, call Member Services or visit

www.SuperiorHealthPlan.com.





Tiempo para un chequeo

¿Tiene bajo su cuidado a niños de acogida temporal? Necesitan realizarse chequeos regulares. **El siguiente cuadro le indica cuándo deben hacerse los chequeos.**

Estatus del niño	Chequeo médico de Texas Health Steps	Chequeo dental*
Ya en hogares de acogida temporal	Cada año	Cada seis meses
Colocados recientemente, hace 6 meses y más**	Dentro de los 30 días de inscripción en STAR Health	Dentro de los 60 días de inscripción en STAR Health

¿Necesita ayuda para encontrar a un proveedor o dentista? Llame a Superior al **1-866-912-6283** o diríjase a **www.FosterCareTX.com** y haga clic en “Find a Doctor” (Encontrar un médico).

*Los niños inscritos pueden acudir a cualquier dentista a través de la red de STAR Health.
**Esto no aplica a niños en hogares de acogida temporal en proceso de mudanza de un hogar a otro.

Dándole lo mejor de nosotros

Superior trabaja de forma ardua para brindarle la mejor atención. Cada año, el Departamento de Mejoramiento de la Calidad (Quality Improvement, QI) encuentra maneras nuevas de hacer exactamente eso.

El departamento de QI hace esto estableciendo metas. En 2016, establecimos objetivos como asegurarnos de que los miembros reciban la atención que necesitan rápidamente. Otra meta fue asegurarnos de que nuestros miembros obtengan sus consultas de bienestar y sus pruebas de detección de salud. Superior también estableció la meta de lograr una calificación de cuatro estrellas del Comité Nacional de Garantía de Calidad (NCQA, por sus siglas en inglés) para nuestros

productos de Medicaid.

Superior creó un equipo de trabajo dedicado a la satisfacción de nuestros miembros. El equipo de trabajo revisó los resultados de las encuestas y decidió en qué áreas necesitamos mejorar. Superior creó un plan de acción y se realizó un seguimiento de nuestro avance hacia estas metas. Los resultados de las encuestas del año 2016 muestran que los miembros reciben la asistencia médica que necesitan y que la obtienen rápidamente. Enviamos cartas y realizamos llamadas telefónicas para recordarles a los miembros que obtengan sus consultas de bienestar y sus pruebas de detección de salud. Como resultado, más miembros

realizaron sus consultas de bienestar y sus pruebas de detección de salud.

Superior ganó una calificación de 4.0 en una escala de 5.0 en las Calificaciones de Planes de Seguros de Salud de Medicaid del NCQA para los años 2016 y 2017, el único plan de salud de Medicaid en Texas en lograrlo. Esto hace que Superior sea el plan mejor calificado de Medicaid en Texas.

Estas son solo algunas de las maneras en las que trabajamos para proveerle un servicio de atención médica de calidad. Para obtener más información acerca de nuestras metas o del Departamento de QI, llame a Servicios para miembros o visite **www.SuperiorHealthPlan.com**.



Published by Manifest LLC. © 2017. 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, © 2017. 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.



TFC_H
SHP_20174064



The right care **for you**

Getting care that is right for your age and your health needs is important. When your kids are young, they see a doctor called a pediatrician, who knows all about kids' health. But when they grow up, their health needs change. That is when it is time to move to a doctor who knows about adult health.

Your doctor and Superior can help you and your child make this change. If you need help finding a new doctor, talk with your doctor. Or you can call Member Services at **1-866-912-6283**.

La atención apropiada para usted

Es importante que obtenga asistencia médica apropiada para su edad y su estado de salud. Cuando sus hijos son jóvenes, van a consulta con un médico que lo sabe todo acerca de la salud de los niños; se llama pediatra. Sin embargo, cuando sus hijos crecen, sus necesidades de salud cambian. Es allí cuando llega el momento de cambiarse a un médico que sepa sobre la salud de los adultos.

Su médico y Superior pueden ayudarlo a usted y a su hijo a realizar este cambio. Si necesita ayuda para conseguir un médico nuevo, hable con su médico. O llame a Servicios para miembros al **1-866-912-6283**.

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:**
 - o Qualified sign language interpreters
 - o 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:**
 - o Qualified interpreters
 - o 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 Appeal 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: 1-800-310-0943**

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:**
 - o Intérpretes calificados de lenguaje por señas
 - o 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:**
 - o Intérpretes calificados
 - o 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 Appeal 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: 1-800-310-0943**

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>.

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 LƯU 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. Подзвоните за номером, указанным на оборотной стороне Вашей членской карточки 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) ບໍ່ຮູ້ການຄວາມຊ່ອຍເຫຼືອພາສາສາມີໃຫ້ທ່ານໂດຍບໍ່ເສຍເງິນ. ໃຫ້ໂທຫາເລກທີ່ຢູ່ດ້ານຫຼັງຂອງ Superior ບັດຊະມາຊິກທ່ານ (1-800-735-2989)