

HEALTHY moves

ABSOLUTE TOTAL CARE

TOTAL[®]

Healthy Connections 

FALL/OTOÑO 2013

» Find us online! ¡Encuéntrenos en línea!
www.absolutetotalcare.com

Estamos aquí para ayudar

Servicios para miembros puede ayudarle con muchas cosas. Solo llame a Servicios para miembros al **1-866-433-6041** si necesita:

- ▶ Una versión impresa de cualquier tema en nuestro sitio web, www.absolutetotalcare.com.
- ▶ Ayuda para programar citas médicas.
- ▶ Transporte para sus citas. (Por favor, recuerde llamar por lo menos 48 horas antes de su cita).

We Are Here to Help

Member Services can help you with many things. Just call Member Services at **1-866-433-6041** if you need:

- ▶ A paper copy of anything on our web-site, www.absolutetotalcare.com.

- ▶ Help making health appointments.
- ▶ A ride to your appointments. (Please remember to call at least 48 hours before your appointment.)





Feeling Sad?

There are lots of reasons people feel unhappy. Bills. Trouble at work. Worries at home.

Do you feel sad or angry? You are not alone. And you don't need to take it out on your family. Drugs and alcohol are not the answer.

Talk to your doctor or call Absolute Total Care at **1-866-433-6041**. We offer special programs and doctors for behavioral health needs.



Quick Tip for Parents

Even healthy kids must see the doctor every year. The doctor will make sure your children stay up to date with vaccines. It's also a good time for you and your kids to ask

questions about their growth. Call to schedule your child's checkup, also called a "well-child visit." Then, talk to your doctor about the list of vaccines below:

WHAT IS "UTILIZATION MANAGEMENT"?

Utilization management is how we make decisions about paying for care and services.

What are these choices based on?

- ▶ What is covered.
- ▶ If the service is needed.
- ▶ If the service works well.
- ▶ If the service is right for you.

How do we make these choices? We use information from many doctors. We do not reward doctors or staff for saying no to care.

Do you have questions? Call our utilization management team at **1-866-433-6041**. If you are hard of hearing, use the TDD/TTY number at **1-866-912-3609**. We also offer language assistance if you need it.

BIRTH THROUGH 23 MONTHS	2 THROUGH 6 YEARS	7 THROUGH 12 YEARS	13 THROUGH 18 YEARS
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Hepatitis B ▶ Rotavirus ▶ Diphtheria ▶ Tetanus ▶ Pertussis ▶ <i>Haemophilus influenzae</i> type B ▶ Pneumococcal ▶ Inactivated Poliovirus ▶ Influenza ▶ Measles ▶ Mumps ▶ Rubella ▶ Varicella ▶ Hepatitis A 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Diphtheria ▶ Tetanus ▶ Pertussis ▶ Pneumococcal ▶ Hepatitis A ▶ Meningococcal ▶ Influenza 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Meningococcal ▶ Influenza ▶ Pneumococcal ▶ Hepatitis A ▶ Human Papillomavirus 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Influenza ▶ Pneumococcal ▶ Hepatitis A

Consejo rápido para padres

Incluso los niños saludables deben ver al médico todos los años. El médico se asegurará de que sus hijos estén al día con las vacunas. También es un buen momento para que usted y sus hijos hagan preguntas sobre su

crecimiento. Llame para programar el chequeo de su hijo, que también se llama “visita de revisión del niño sano”. Luego, hable con su médico sobre la lista de vacunas que aparecen a continuación:

DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS 23 MESES	DESDE LOS 2 AÑOS HASTA LOS 6 AÑOS	DESDE LOS 7 AÑOS HASTA LOS 12 AÑOS	DESDE LOS 13 AÑOS HASTA LOS 18 AÑOS
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Hepatitis B ▶ Rotavirus ▶ Difteria ▶ Tétano ▶ Pertussis ▶ <i>Haemophilus influenzae</i> tipo B ▶ Neumocócica ▶ Poliovirus inactivo ▶ Gripe ▶ Sarampión ▶ Paperas ▶ Rubéola ▶ Varicela ▶ Hepatitis A 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Difteria ▶ Tétano ▶ Pertussis ▶ Neumocócica ▶ Hepatitis A ▶ Meningocócica ▶ Gripe 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Meningocócica ▶ Gripe ▶ Neumocócica ▶ Hepatitis A ▶ Virus del papiloma humano 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gripe ▶ Neumocócica ▶ Hepatitis A



¿Se siente triste?

Hay muchos motivos por los cuales las personas se sienten tristes. Facturas. Problemas en el trabajo. Preocupaciones en el hogar.

¿Se siente triste o enojado?

No está solo. Y no tiene que desquitarse con su familia. Las drogas y el alcohol no son la respuesta.

Hable con su médico o llame a Absolute Total Care al **1-866-433-6041**. Ofrecemos programas especiales y médicos para las necesidades de salud del comportamiento.

¿QUÉ SIGNIFICA “ADMINISTRACIÓN DE LA UTILIZACIÓN”?

La administración de la utilización es la forma en la que tomamos decisiones sobre el pago de la atención y los servicios.

¿En qué se basan las decisiones?

- ▶ Qué está cubierto.
- ▶ Si el servicio es necesario.
- ▶ Si el servicio funciona bien.
- ▶ Si el servicio es el adecuado para usted.

¿Cómo tomamos estas decisiones? Utilizamos la información de varios médicos. No recompensamos a los médicos ni al personal por denegar la atención.

¿Tiene preguntas? Llame al equipo de administración de la utilización al **1-866-433-6041**. Si tiene limitaciones auditivas, use el número de TDD/TTY llamando al **1-866-912-3609**. También ofrecemos asistencia en otros idiomas si la necesita.



Give Us a Call

We can help you with many things. Just call Member Services at **1-866-433-6041** if you need:

- ▶ A paper copy of anything on our website, **www.absolutetotalcare.com**.
- ▶ Help making health appointments.
- ▶ A ride to your appointments. (Call at least 48 hours before your appointment.)
- ▶ Answers to your questions about healthcare and your benefits.



How to Take Care of Your Child's Smile

Tooth care, also called “dental care,” begins when your child is a baby. Even before you see any teeth, it’s good to use a damp washcloth to wipe away germs from the gums.

Then, start using a baby toothbrush with water and little bit of toothpaste until age 2. After

that, kids can practice brushing their own teeth and spitting with help from an adult. It’s best to bring your baby to the dentist before he or she turns 1.

As your kids grow, visit the dentist once a year. And don't forget your smile!

WE CARE ABOUT QUALITY

We want to improve the health of all members. Our Quality Improvement Program (QI Program) helps us do this.

The program looks at the quality and safety of our services. It reviews the care we give to members. This includes medical, behavioral health, dental and vision care.

We also set standards and goals for

our quality. Our quality goals include but are not limited to:

- ▶ A high level of health status and quality of life will be experienced by Absolute Total Care members.
- ▶ Network quality of care and service will meet industry-accepted standards of performance.
- ▶ Member satisfaction will meet

industry-accepted standards of performance.

- ▶ Absolute Total Care services will meet industry-accepted standards of performance.

Learn more and see how we're doing. Call **1-866-433-6041** to ask for a paper copy of the program's work.

LLÁMENOS

Podemos ayudarle con muchas cosas. Solo llame a Servicios para miembros al **1-866-433-6041** si necesita:

- ▶ Una versión impresa de cualquier tema en nuestro sitio web, www.absolutetotalcare.com.
- ▶ Ayuda para programar citas médicas.
- ▶ Transporte para sus citas. (Llame al menos 48 horas antes de la cita).
- ▶ Respuestas a sus preguntas sobre la atención médica y sus beneficios.

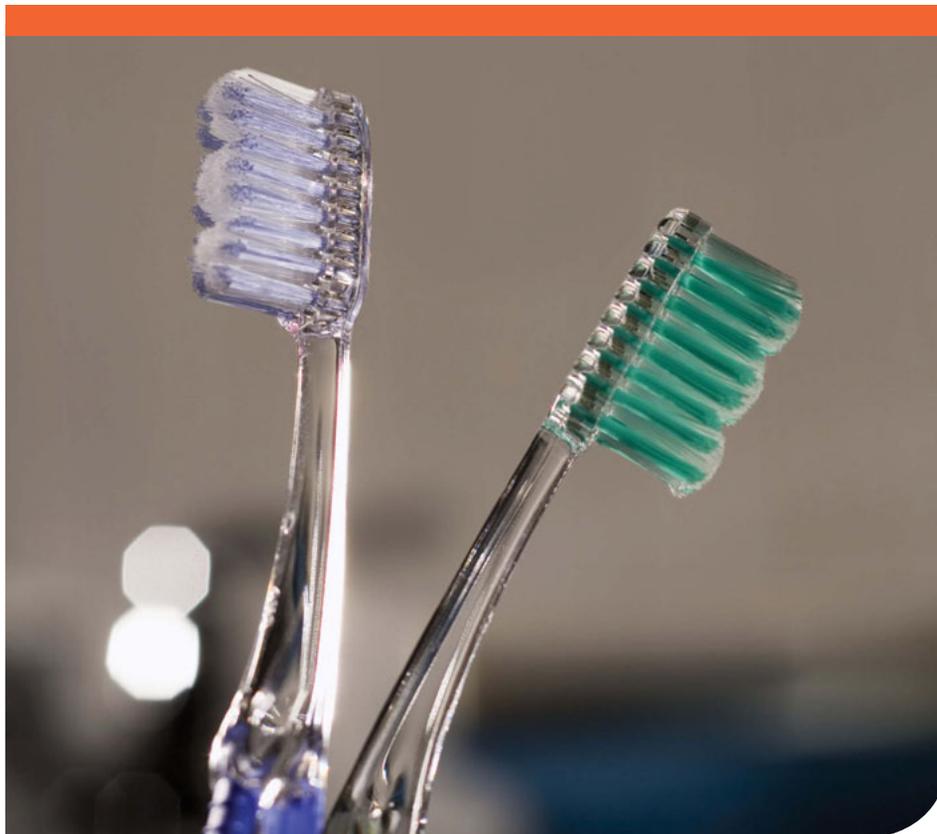
Cómo cuidar la sonrisa de su hijo

El cuidado de los dientes, también llamado “cuidado dental” comienza cuando su hijo es un bebé. Incluso antes de que usted le vea un diente, se recomienda que use un trapo húmedo para eliminar los gérmenes de las encías.

Luego, comience a usar un cepillo de dientes para bebés con agua y un

poquito de pasta de dientes hasta los 2 años. Después de esa edad, los niños pueden practicar lavarse los dientes solos y escupir con la ayuda de un adulto. Es mejor llevar a su bebé al dentista antes de que cumpla 1 año.

A medida que su hijo crece, visite al dentista una vez al año. ¡Y no se olvide de su sonrisa!



Nos importa la calidad

Deseamos mejorar la salud de todos los miembros. Nuestro programa de mejora de la calidad (programa QI, por sus siglas en inglés) nos ayuda a lograrlo.

El programa examina la calidad y seguridad de nuestros servicios. Revisa la atención que les brindamos a los miembros. Esto incluye la atención médica, de la salud del comportamiento, dental y de la visión.

También establecemos estándares y objetivos de calidad. A continuación establecemos algunos de nuestros objetivos de calidad:

- ▶ Los miembros de Absolute Total Care experimentarán un alto nivel de estado de salud y calidad de vida.
- ▶ La calidad de la atención y los servicios de la red cumplirá con los estándares de rendimiento aceptados por la industria.
- ▶ La satisfacción de los miembros cumplirá con los estándares de rendimiento aceptados por la industria.
- ▶ Los servicios de Absolute Total Care cumplirán con los estándares de rendimiento aceptados por la industria.

Obtenga más información y vea cómo nos desempeñamos. Llame al **1-866-433-6041** para pedir una versión impresa del trabajo del programa.

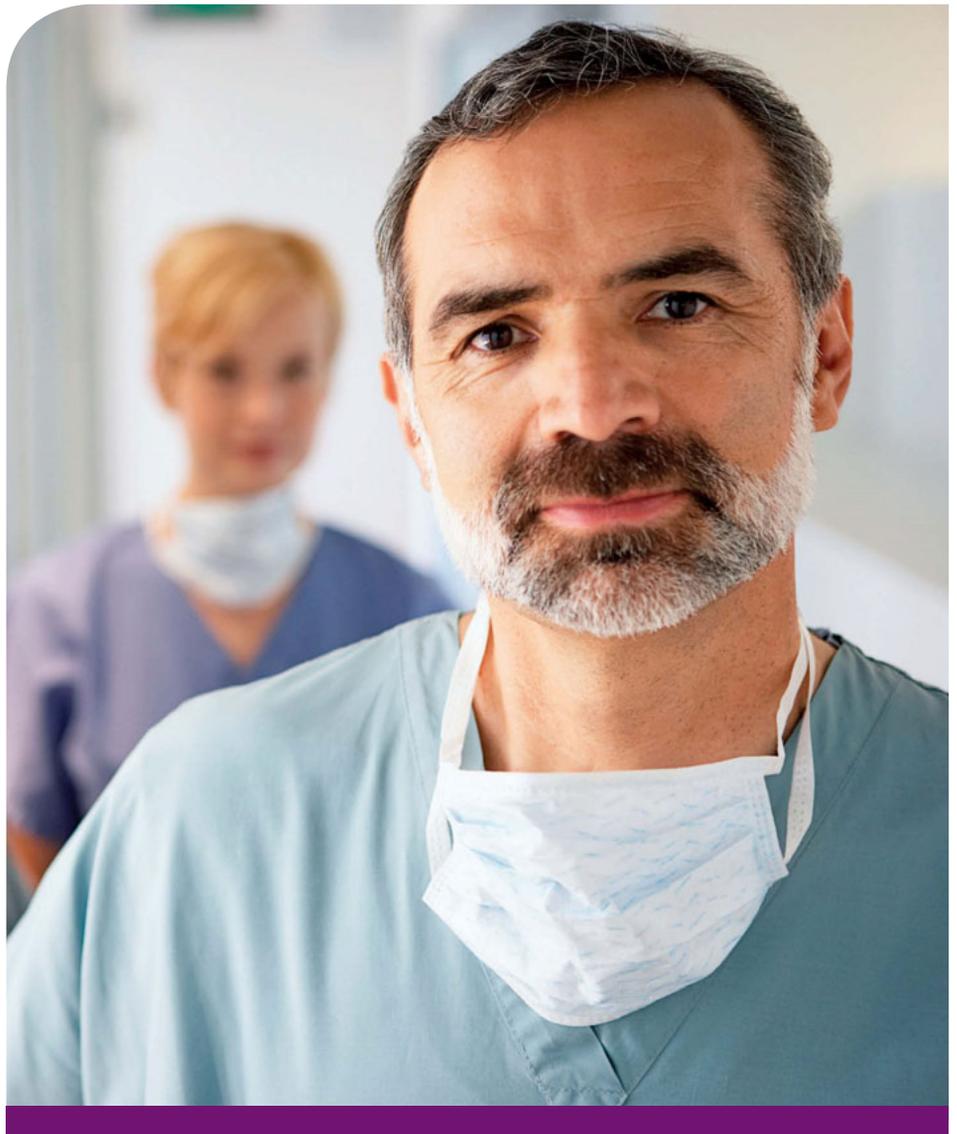


Your Health Records Are Safe

Your medical details are called “PHI.” That stands for “protected health information.” We keep this personal information safe for you.

We follow state laws to keep your info private. We also follow a law called “Health Insurance Portability and Accountability Act of 1996 (HIPAA)”.

LEARN MORE. Read the complete privacy notice in your Member Handbook or on our website, at www.absolutetotalcare.com/hipaa-statement.



HOW TO HELP YOUR HEALTH

What is “preventive care”? It’s one of the best ways to take care of your health. It can help your doctor look for serious medical problems. Examples are blood pressure exams, cholesterol tests and cancer screenings.

For women, preventive care includes Pap smears and mammograms. These are screenings that may help save your life. And they don’t cost you anything.

Ask your doctor what preventive care you need.

When You Can Expect Care

Nobody likes to wait, especially for healthcare. Absolute Total Care wants you to have the right care at the right time. So we work with doctors and providers to set standards for how long you have to wait for care.

WHEN YOU CALL TO BOOK AN APPOINTMENT

To help you plan, here is how long you may have to wait for an appointment:

APPOINTMENT TYPE	ACCESS STANDARD
Routine visits	Within four (4) to six (6) weeks
Urgent, non-emergency visits	Within 48 hours
Emergent or emergency visits	Immediately upon presentation at a service delivery site
Twenty-four (24) hour coverage	24 hours a day, 7 days a week or triage system approved by SCDHHS

WHEN YOU ARE SITTING IN THE WAITING ROOM

You should be taken to the exam room within 45 minutes of your scheduled visit time.

Cuánto puede esperar por la atención

A nadie le gusta esperar, especialmente para recibir atención médica. Absolute Total Care desea que usted reciba la atención adecuada en el momento apropiado. Por eso trabajamos con médicos y proveedores para establecer pautas sobre cuánto tiempo tiene que esperar para que lo atiendan.

CUANDO LLAME PARA PROGRAMAR UNA CITA

Para ayudarlo a planificar, a continuación presentamos cuánto tiempo quizá deba esperar para una cita:

TIPO DE CITA	ESTÁNDAR DE ACCESO
Visitas de rutina	Dentro de las cuatro (4) a seis (6) semanas
Visitas de urgencia que no son una emergencia	Dentro de las 48 horas
Visitas de emergencia	Inmediatamente en cuanto se presente al centro de prestación del servicio
Cobertura las veinticuatro (24) horas	24 horas del día, 7 días a la semana o sistema de determinación de prioridades aprobado por SCDHHS

CUANDO ESTÁ AGUARDANDO EN LA SALA DE ESPERA

Debería ingresar al consultorio dentro de los 45 minutos del horario de la consulta programada.



CÓMO AYUDAR A SU SALUD

¿Qué significa “atención preventiva”? Es una de las mejores maneras de cuidar su salud. Puede ayudar al médico a encontrar problemas médicos serios. Algunos ejemplos son controles de la presión arterial, análisis de colesterol y pruebas de detección del cáncer.

Para las mujeres, la atención preventiva incluye pruebas de Papanicolaou y mamografías. Estas son pruebas de detección que pueden salvar su vida. Y no le cuestan nada.

Pregunte a su médico qué atención preventiva necesita.

» Sus registros de salud están seguros

Sus detalles médicos se denominan “PHI”. PHI son las siglas en inglés de “información de salud protegida”. Mantenemos segura su información personal.

Cumplimos con las leyes del estado para conservar la privacidad de su información. Además, respetamos una ley llamada Ley de Portabilidad y Responsabilidad del Seguro Médico (HIPAA, por sus siglas en inglés) de 1996.

OBTENGA MÁS INFORMACIÓN. Lea la notificación de privacidad completa en su Manual para miembros o en nuestro sitio web, www.absolutetotalcare.com/hipaa-statement.



INSIDE: When You Can Expect Care
EN EL INTERIOR: Cuánto puede esperar por la atención

Llegó la hora: Aplíquese la vacuna contra la gripe

¿Quién necesita una vacuna contra la gripe? Todas las personas de 6 meses en adelante, especialmente las mujeres embarazadas y los adultos mayores.

Vacunarse contra la gripe es una manera inteligente y sencilla de proteger a su familia. ¡También es gratuita para la mayoría de los miembros! No presenta riesgos. Y no se contagiará de gripe.

Llame a su médico y pregunte por la vacuna contra la gripe. También podemos ayudarle. Comuníquese al **1-866-433-6041**.

It's Time: Get Your Flu Shot

Who needs a flu shot? Everyone who is 6 months and older – especially pregnant women and older adults.

Getting a flu shot is a smart, simple way to protect your family. It's also free for most members! It's safe. And it won't give you the flu.

Call your doctor about getting your flu shot. We can help too. Call **1-866-433-6041**.



Published by McMurry/TMG. © 2013. 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 healthcare provider. Consult your physician before making major changes in your lifestyle or healthcare regimen. McMurry/TMG makes no endorsements or warranties regarding any of the products and services included in this publication or its articles.

SCCH

1441 Main Street, Suite 900
 Columbia, SC 29201
1-866-433-6041
TDD/TTY: 1-866-912-3609
www.absolutetotalcare.com



HEALTHY MOVES

PSRT STD
 U.S. POSTAGE
 PAID
 Stevens Point, WI
 Permit #422