



**superior  
healthplan**™

Superior HealthPlan STAR+PLUS  
Medicare-Medicaid Plan (MMP)

# SPOTLIGHT *on* HEALTH

*Enfoque en la salud*

## Por qué cumplir con los tratamientos farmacológicos

Para cumplir adecuadamente con un régimen farmacológico, los medicamentos deben tomarse según lo indicado: con la dosis correcta, a la hora indicada y con la frecuencia adecuada. Tomar los medicamentos según el régimen indicado ayuda a controlar las enfermedades crónicas, a tratar afecciones temporales y a disfrutar de una buena salud a largo plazo. En esta edición encontrará consejos que pueden ayudarlo a tomar sus medicamentos según lo indicado.



## Medication Adherence

Maintaining your medication routine is taking your medications as prescribed – the right dose, at the right time and frequency. Taking your medicine as prescribed, or medication adherence, is important for helping to control chronic conditions, treating temporary conditions, and overall long-term health. Learn tips that can help you take your medication as intended inside.

[mmp.SuperiorHealthPlan.com](http://mmp.SuperiorHealthPlan.com)

SHP\_20228649

H6870\_MMP\_SHP\_20228649\_Approved\_04112022

## MEDICATION ADHERENCE

The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) estimates that non-adherence to medication causes 30 to 50 percent of chronic disease treatment failures. Taking your medication regularly and on time will help you stay healthy and symptom-free.

Try these three simple tips that can help you remember to take your medication:

**Use a Pillbox:** A weekly pillbox with compartments for each day and dosing time can be a visual reminder to take medication and help prevent double doses.

**Create a Routine:** Try taking your medication at the same time you do a daily activity, such as eating or brushing your teeth.

**Establezca una rutina:** Intente tomar sus medicamentos a la misma hora en que hace una actividad diaria, como comer o cepillarse los dientes.

**Utilice un pastillero:** Un pastillero semanal con divisiones para cada día y hora de administración de la dosis puede servir de recordatorio visual para tomar sus medicamentos y evitar hacerlo dos veces.

**Keep it Visible:** To avoid “out of sight, out of mind,” leave medication in a safe place that is easy to spot, such as your kitchen/bathroom counter or bedroom nightstand.

**Manténgalos a la vista:** Para evitar el efecto de que “lo que no se ve, no existe”, deje los medicamentos en un lugar seguro y a la vista, por ejemplo, sobre la encimera del baño o la cocina o sobre su mesita de noche.

Source: Food and Drug Administration

Fuente: Administración de Alimentos y Medicamentos



If you have any questions or want to discuss more ways to stay on top of taking your medications, please call **Member Services at 1-866-896-1844 (TTY: 711)**. Hours are from 8 a.m. to 8 p.m., Monday through Friday. After hours, on weekends and on holidays, you may be asked to leave a message. Your call will be returned within the next business day.



Si tiene preguntas o desea hablar sobre otras maneras para mantener el control respecto de sus medicamentos, llame a **Servicios para miembros al 1-866-896-1844 (TTY: 711)**. Nuestro horario de atención es de 8:00 a. m. a 8:00 p. m., de lunes a viernes. Si llama fuera del horario habitual, los fines de semana y los días festivos, es posible que deba dejar un mensaje. Responderemos a su llamada en el transcurso del siguiente día hábil.

Superior HealthPlan STAR+PLUS Medicare-Medicaid Plan (MMP) is a health plan that contracts with both Medicare and Texas Medicaid to provide benefits of both programs to enrollees.

Superior HealthPlan STAR+PLUS Medicare-Medicaid Plan (MMP) es un plan de salud que tiene contratos con Medicare y Medicaid de Texas para proporcionar beneficios de ambos programas a las personas inscritas.



superior  
healthplan™

1575 N. Resler Drive  
El Paso, TX 79912

# SPOTLIGHT *on* HEALTH

## *Enfoque en la salud*

Health and wellness or prevention information.  
Información de salud y bienestar o prevención.

2022 / ISSUE 2 / EDICIÓN 2

For more tips on how to stay on track with taking your medications, scan the following QR code using your phone camera:



*Para obtener más consejos sobre cómo cumplir con el régimen de su tratamiento con medicamentos, escanee el código QR que aparece a continuación con la cámara de su teléfono:*

**Prescription medications:** Prescription medications are often an important part of your treatment plan. Some medications need to be taken regularly to control or lessen the symptoms of a condition. Other medications help keep you comfortable and can be taken as needed. Medications only work as intended when you take them as prescribed by your doctor. If you see more than one doctor, it is important that each one knows about all of the medications you take. This is to make sure your medications work well together.

**Medicamentos recetados:** Con frecuencia, los medicamentos recetados son una parte importante de un plan de tratamiento. Algunos medicamentos deben tomarse con regularidad para controlar o disminuir los síntomas de una afección. Otros medicamentos ayudan a las personas a sentirse mejor y se pueden tomar según sea necesario. Los medicamentos solo funcionan como corresponde cuando se toman según lo indicado por el médico. Si consulta a más de un médico, es importante que cada uno de ellos esté al tanto de todos los medicamentos que toma. Esto es para garantizar que sus medicamentos funcionen bien en conjunto.