



En este número:

PerformCare quiere asegurarse de que mantenga su cobertura

PerformCare y el Programa HealthChoices de PA

Reflexionar sobre el consumo de alcohol

Cómo obtener atención para su hijo



PerformCare quiere asegurarse de que mantenga su cobertura

Mantenga sus beneficios

Llegan cambios a Medicaid. Queremos asegurarnos de que mantenga la cobertura para todas sus necesidades de atención médica.

Esto es lo que debe saber y hacer:

- ✓ Si aún no lo ha hecho, el Departamento de Servicios Humanos de Pennsylvania (PA DHS) le enviará información importante sobre sus beneficios.
- ✓ Para conservar sus beneficios de Medicaid, asegúrese de que el DHS de PA tenga su dirección correcta. Esto le permite recibir esta información importante, además de otras cartas, actualizaciones y recordatorios útiles.
- ✓ Asegúrese de responder en el plazo indicado por el DHS de PA.

Actualice su dirección en el DHS de PA

Puede mantener su dirección actualizada de las siguientes formas:

- En línea, en dhs.pa.gov/compass
- En la aplicación gratuita **myCOMPASS PA**
- Por teléfono al 1-877-395-8930
- En persona, en su Oficina de Asistencia del Condado local

Actualice su dirección en la oficina de correos

Compruebe también que el Servicio Postal de EE. UU. tenga su dirección correcta. Esto ayuda a garantizar que su correo llegue correctamente.

- Visite [USPS.com/move](https://usps.com/move).

Reciba alertas por SMS o notificaciones electrónicas

Inicie sesión en COMPASS para recibir actualizaciones, recordatorios y alertas sobre sus beneficios.

- Regístrese en dhs.pa.gov/TEXT.
- Vaya a dhs.pa.gov/COMPASS y active la opción para recibir correos electrónicos.

¿Necesita ayuda?

Servicios al Miembro de PerformCare está a su disposición.

Condados de Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon y Perry

- Servicios al Miembro: 1-888-722-8646
- TTY: 1-800-654-5984
- Servicio de retransmisión de PA: 711

Condados de Franklin y Fulton

- Servicios al Miembro: 1-866-773-7917
- TTY: 1-800-654-5984
- Servicio de retransmisión de PA: 711

Para recibir este boletín en español, llame al número de teléfono de Servicios al Miembro de su condado.



PerformCare y el Programa HealthChoices de PA

PerformCare es parte del Programa HealthChoices de PA. Ayudamos a conectar a los miembros con los servicios de la salud conductual y colaboramos con los proveedores y los condados para atender sus necesidades. El programa HealthChoices de PA consta de dos partes principales:

- HealthChoices físico ayuda con la atención de la salud física, como consultas con médicos, atención hospitalaria y medicamentos.
- HealthChoices conductual ayuda con los servicios de la salud mental y de tratamiento por consumo de sustancias.

Colaboramos con condados, miembros, familias, defensores y proveedores para cuidar la salud y el bienestar de las personas. Por lo tanto, en HealthChoices, usted cuenta con dos tipos de cobertura: salud física y salud conductual. Si usted o un ser querido necesitan servicios para ayudar con problemas de salud mental o de consumo de sustancias, somos el lugar al que debe llamar.

Tanto la salud física como la salud conductual son importantes. Las dos áreas de HealthChoices colaboran entre sí para que los miembros puedan recibir la atención adecuada para todos los aspectos de su salud.

Reflexionar sobre el consumo de alcohol

En ocasiones, una persona puede sentir el deseo de dejar de beber o considerar tomar menos.

Sin embargo, es posible que se pregunte: ¿Cómo empiezo? ¿Cuánto alcohol es demasiado? ¿Cómo saber si es el momento de hacer un cambio? El cambio no es fácil, y es normal tener sentimientos encontrados cuando no estamos seguros de si ese cambio es lo mejor para nosotros.

Afortunadamente, existen recursos que ofrecen ayuda sin juzgar para sobrellevar esta incertidumbre y evaluar las opciones. *Rethinking Drinking* (Reflexionar sobre el consumo de alcohol) en **rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov/Thinking-about-a-change** ofrece hojas de trabajo fáciles de utilizar que le ayudarán a evaluar los pros y los contras, a tomar una decisión fundamentada y a planificar los cambios que desee realizar.

Si tiene alguna pregunta sobre sus beneficios de tratamiento por consumo de sustancias, PerformCare también está a su disposición. Llame a Servicios al Miembro al número que se indica a continuación correspondiente a su zona.

Llámenos

Condados de Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon y Perry

- Servicios al Miembro: 1-888-722-8646
- TTY: 1-800-654-5984
- Servicio de retransmisión de PA: 711

Condados de Franklin y Fulton

- Servicios al Miembro: 1-866-773-7917
- TTY: 1-800-654-5984
- Servicio de retransmisión de PA: 711

Fuente: "Thinking About a Change?" (¿Pensando en hacer un cambio?) National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (Instituto Nacional sobre el Abuso del Alcohol y el Alcoholismo), **<https://rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov/thinking-about-change>**, consultado el 21 de agosto de 2026.





Cómo obtener atención para su hijo

Los niños pueden tener emociones intensas, preocupaciones o problemas de conducta. La atención de la salud conductual puede ayudar a que su hijo se sienta mejor, esté a salvo y se desenvuelva bien en el hogar, en la escuela y en la comunidad.

¿Qué es PerformCare?

PerformCare aprueba y financia la atención de las personas que utilizan Asistencia Médica para recibir una atención de la salud de calidad. Cubrimos los servicios de la salud conductual para adultos, adolescentes y niños. Nuestra área de atención médica comprende la salud conductual (salud mental y servicios relacionados con el consumo de drogas y alcohol).

PerformCare puede ayudar a las familias a:

- Encontrar servicios de la salud conductual para sus hijos.
- Informarse sobre los beneficios y derechos de sus hijos.

- Obtener ayuda de Servicios al Miembro.
- Compartir sus inquietudes, ideas y necesidades.
- Aportar ideas sobre cómo PerformCare puede mejorar sus servicios.

Los padres y tutores son miembros importantes del equipo de atención de sus hijos. PerformCare escucha a las familias mediante encuestas, grupos familiares, comités asesores y eventos comunitarios. Las familias pueden compartir lo que funciona bien y lo que es necesario cambiar.

En el caso de los menores de 14 años, uno de los padres o el tutor debe completar una encuesta para el miembro menor de edad. Esto ayuda a PerformCare a conocer la experiencia de la familia y a mejorar la atención.

Cómo empezar



1. Llame a Servicios al Miembro de PerformCare. Más abajo encontrará el número de Servicios al Miembro correspondiente a su familia.



2. Tenga a mano la tarjeta de ID de miembro de Medicaid de su hijo cuando llame.



3. Informe al representante que busca atención de la salud conductual para su hijo.



4. Indique cuáles son las necesidades de su hijo. Puede hacer preguntas sobre asesoramiento, evaluaciones u otros servicios.
5. PerformCare puede ayudarle a encontrar un proveedor y a comprender los pasos a seguir.

Servicios que pueden resultar útiles

Su hijo puede recibir diferentes tipos de atención según sus necesidades. Los servicios pueden incluir:

- Asesoramiento para pacientes ambulatorios
- Atención de la salud conductual en el ámbito escolar
- Evaluaciones psiquiátricas y administración de medicamentos
- Hospitalización parcial para niños y adolescentes
- Servicios intensivos de salud conductual, también llamados IBHS
- Coordinación de la atención y ayuda para ponerse en contacto con los proveedores





Un proveedor hablará con usted y con su hijo para determinar el mejor tipo de atención. Puede preguntar sobre las opciones, cómo será el tratamiento y cómo puede ayudar la atención.

Usted forma parte del equipo de atención

Los padres y cuidadores son quienes mejor conocen a sus hijos. Comparta sus preocupaciones, preguntas y objetivos con el proveedor. Pida también a su hijo que comparta lo que piensa.

También puede solicitar ayuda si su hijo necesita un proveedor que hable su idioma o que pueda atender una discapacidad. Se ofrece asistencia lingüística gratuita y otros servicios de apoyo a la comunicación.



¿Necesita ayuda ahora?

Para familias en el área de Capital (condados de Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon y Perry) Servicios al Miembro al: **1-888-722-8646** (TTY **1-800-654-5984**) o Servicio de retransmisión de PA 711

Las familias en el área de Franklin/Fulton deben llamar a Servicios al Miembro de PerformCare al: **1-866-773-7917** (TTY **1-800-654-5984**) o Servicio de retransmisión de PA 711

Servicios al Miembro de PerformCare está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana. Si su hijo está en peligro inmediato, llame al 911.

Recuerde

Pedir ayuda es un primer paso muy importante. No tiene por qué hacerlo todo usted solo.

PerformCare puede ayudar a que conozca sus opciones y a conectar a su hijo con la atención que necesita.

Non-Discrimination Notice

Non-Discrimination Notice PerformCare complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, creed, religious affiliation, ancestry, sex gender, gender identity or expression, or sexual orientation. PerformCare does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, creed, religious affiliation, ancestry, sex gender, gender identity or expression, or sexual orientation.

PerformCare 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)

PerformCare 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 the PerformCare Member Services number for your county.

Capital Area (Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon and Perry Counties)
Member Services: 1-888-722-8646
TTY/TDD: 1-800-654-5984 or PA Relay 711

North Central Area (Franklin-Fulton Counties)
Member Services (Franklin-Fulton): 1-866-773-7917
TTY/TDD: 1-800-654-5984 or PA Relay 711

We are available 24 hours a day, 7 days a week.

If you believe that PerformCare has failed to provide these services or discriminated in any way on the basis of race, color, national origin, age, disability, creed, religious affiliation, ancestry, sex gender, gender identity or expression, or sexual orientation, you can file a complaint with:

PerformCare
Complaint/Grievances
040 Carlson Road
Harrisburg, PA 17112

Capital area (Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon and Perry Counties): 1-888-722-8646, North Central area (Franklin-Fulton Counties): 1-866-773-7917 TTY/TDD: 1-800-654-5984 or PA Relay 711,
Fax: 717-671-6555, or OCRComplaints@amerihealthcaritas.com

The Bureau of Equal Opportunity,
Room 223, Health and Welfare Building,
P.O. Box 2675,
Harrisburg, PA 17105-2675,
Phone: (717) 787-1127, TTY/PA Relay 711, Fax: (717) 772-4366, or
Email: RA-PWBEOAO@pa.gov

You can file a complaint in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a complaint, PerformCare and the Bureau of Equal Opportunity are 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>

Multi-language interpreter services

English: ATTENTION: If you speak a language other than English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY) or PA Relay 711).

Spanish: ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Russian: ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Chinese: 注意: 如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)。

Vietnamese: CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Arabic:

انتباه: إذا كنت تتحدث العربية، فإن خدمات مساعدة اللغة، متوفرة لك. اتصل بالرقم: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)

Nepali: ध्यान दिनुहोस्: यदि तपाईं नेपाली बोल्नुहुन्छ भने, भाषा सहायता सेवाहरु, नि: शुल्क, तपाईंलाई उपलब्ध छ। सम्पर्क गर्नु: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)

Korean: 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711) 번으로 전화해 주십시오.

Cambodian/Khmer: ការប្រុងប្រយ័ត្ន: ប្រសិនបើអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ/ខ្មែរ ភាសាភីកគភីកស្ត្រេសប្រាប្រាស្ត្រេស ទូរស័ព្ទ: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)*

French: ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Burmese: အထူးဂရုပြုရန်: သင်အင်္ဂလိပ်ထက်အခြားဘာသာစကားတစ်ခုကိုမပြောတတ်လျှင်, တာဝန်ခံအမဲ့ဘာသာစကားအကူအညီများဝန်ဆောင်မှုများ, သင်တို့အားရရှိနိုင်ပါသည်။ ခေါ်ဆိုခ: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Haitian Creole: ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Portuguese: ATENÇÃO: Se fala português, encontram-se disponíveis serviços linguísticos, grátis. Ligue para 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Bengali: সতর্কতা: যদি আপনি বাঙালি, বিনামূল্যে ভাষা সহায়তা সেবা, আপনার জন্য উপলব্ধ। কল করুন: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Albanian: KUJDES: Nëse flitni shqip, për ju ka në dispozicion shërbime të asistencës gjuhësore, pa pagesë. Telefononi në 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Gujarati: સાવધાન: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હોવ તો ભાષા સહાય સેવાઓ મફતમાં ઉપલબ્ધ છે. કોલ કરો: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Números de Servicios al Miembro de PerformCare

Área de Capital (condados de Cumberland,
Dauphin, Lancaster, Lebanon y Perry):
1-888-722-8646

Condados de Franklin y Fulton:
1-866-773-7917

You can call Member Services 24 hours a day, seven days a week.
Puede llamar a Servicios al Miembro las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Los miembros con problemas de audición y que usan un servicio TTY para comunicarse deben contactarse con el Servicio de retransmisión de telecomunicaciones de PA al **711** o al **1-800-654-5984** (TTY) y llamar al número de PerformCare que desean.

Todas las imágenes son utilizadas bajo licencia únicamente con fines ilustrativos. Cualquier persona representada es un modelo.

BHMC-PCPA_266383450

pa.performcare.org

8040 Carlson Road
Harrisburg, PA 17112