

Depression Support



Depression is more than just feeling sad or going through a rough patch. Depression is a common, but serious mental health condition. About 21 million U.S. adults had at least one major depressive episode in 2020.

Left untreated, depression can be difficult to live with for those who suffer from it and their families. Research suggests that depression is not caused by a single factor but rather a combination of many factors, including stressful life events such as grief or relationship problems. Fortunately, with early detection, diagnosis and treatment many people can and do get better.

Depression Symptoms

- Feeling sad, crying a lot, or feeling hopeless.
- Getting really angry, annoyed, or upset over small things.
- Losing interest in things you used to enjoy, like hobbies or sports.
- Having trouble sleeping, or sleeping too much, feeling very tired and low on energy.
- Not feeling hungry and losing weight, or eating too much and gaining weight.
- Feeling anxious, restless, or on edge.
- Having trouble thinking, concentrating, or remembering things.
- Frequently thinking about death, having thoughts about suicide, or making plans to hurt yourself.

Superior HealthPlan Support



Service Coordination

Service Coordination* will work with you, your family or community supports, your doctor(s) and other providers to develop a service plan. They will help identify your needs and make sure you receive your services on time.



Behavioral Health Disease Management and Care Management

Behavioral Health Disease Management* and Behavioral Health Care Management* programs are available for members with Behavioral Health needs. We are here to help you take action to manage your ongoing conditions or healthcare needs. Our goal is to help you become a better, more informed and more active manager of your health. These programs work because you don't do it alone.

For more information and support please call Monday through Friday between 8:00 a.m. – 5:00 p.m. (CST). Nurses are available 24 hours a day, 7 days a week through Superior's nurse advice line.

Additional Support & Resources

- 988 Suicide and Crisis Lifeline: 988lifeline.org | Text/Call 988
- Substance Abuse and Mental Health Service Administration: samhsa.gov
- National Alliance on Mental Illness: nami.org
- Telehealth Support: SuperiorHealthPlan.com/Telehealth
- Wellness Videos: SuperiorHealthPlan.com/WellnessOnDemand



You should call 911 if you/your child is having a life-threatening behavioral health emergency.

CHIP/STAR: 1-800-783-5386

STAR Health: 1-866-912-6283

STAR Kids: 1-844-590-4883

STAR+PLUS: 1-877-277-9772



**Scan the QR code
for a depression
screening survey.**

* Not all programs are available for all plans. Restrictions and limitations may apply.

SuperiorHealthPlan.com

SHP_202511310

© 2025 Superior HealthPlan. All rights reserved. Reservados todos los derechos.

Apoyo para la depresión



La depresión es más que sentirse triste o pasar por un mal momento. La depresión es un trastorno de salud mental común, pero grave. Alrededor de 21 millones de adultos estadounidenses tuvieron al menos un episodio depresivo grave en 2020.

Si no se trata, la depresión puede ser difícil de sobrellevar para quienes la padecen y sus familias. Las investigaciones indican que la depresión no es causada por un solo factor, sino por una combinación de muchos factores, incluidos eventos estresantes de la vida, como el duelo o los problemas de pareja. Afortunadamente, con la detección precoz, el diagnóstico y el tratamiento, muchas personas pueden mejorar y lo hacen.

Síntomas de la depresión

- Sentirse triste, llorar mucho o sentirse desesperanzado.
- Enfadarse mucho, molestarse o alterarse por cosas sin importancia.
- Perder interés en cosas que solía disfrutar, como los pasatiempos o los deportes.
- Tener problemas para dormir o dormir demasiado, sentirse muy cansado y con poca energía.
- No tener hambre y perder peso, o comer demasiado y aumentar de peso.
- Sentirse ansioso, inquieto o nervioso.
- Tener problemas para pensar, concentrarse o recordar cosas.
- Pensar con frecuencia en la muerte, tener pensamientos suicidas o hacer planes para hacerse daño

Apoyo de Superior HealthPlan



Coordinación de servicios

El personal de la Coordinación de servicios* trabajará con usted, su familia o sus apoyos comunitarios, sus médicos y otros proveedores para desarrollar un plan de servicios. Le ayudarán a identificar sus necesidades y se asegurarán de que reciba sus servicios a tiempo.



Tratamiento de enfermedades de salud del comportamiento y Administración de la atención de salud del comportamiento

Los programas de Tratamiento de enfermedades de salud del comportamiento* y Administración de la atención de salud del comportamiento* están disponibles para los miembros con necesidades de salud del comportamiento. Estamos aquí para ayudarle a tomar medidas para manejar sus afecciones o necesidades de atención médica continuas. Nuestra meta es ayudarle a estar mejor informado y a participar más activamente en su salud. Estos programas funcionan porque usted no lo hace solo.

Para obtener más información y apoyo, llame de lunes a viernes entre 8:00 a.m. y 5:00 p.m., hora del centro (CST). Los enfermeros están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, por medio de la Línea de asesoramiento de enfermería de Superior

Apoyo y recursos adicionales

- Línea de ayuda para casos de suicidio y crisis 988: 988lifeline.org | Envíe un mensaje de texto o llame al 988
- Administración de servicios de abuso de sustancias y salud mental: samhsa.gov
- Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales: nami.org
- Apoyo de telesalud: SuperiorHealthPlan.com/Telesalud
- Vídeos sobre bienestar: SuperiorHealthPlan.com/BienestaraPedido



Llame al 911 si usted o su hijo/a tiene alguna emergencia relacionada con la salud del comportamiento que ponga en riesgo su vida.

CHIP/STAR: 1-800-783-5386

STAR Health: 1-866-912-6283

STAR Kids: 1-844-590-4883

STAR+PLUS: 1-877-277-9772



Escanee el código QR para responder un cuestionario de evaluación de depresión.

*No todos los programas están disponibles para todos los planes. Podrían aplicarse restricciones y limitaciones.