



CENTERS FOR MEDICARE & MEDICAID SERVICES

# Cuidados com a saúde

## Serviços de prevenção do Medicare

Uma maneira importante e fácil de manter a saúde é obter serviços de prevenção e detecção precoce de doenças. Isso pode ajudar a evitar que você contraia certas doenças ou a detectar problemas de saúde no início, quando o tratamento funciona melhor. Converse com seu médico ou provedor de cuidados de saúde para descobrir de quais exames ou outros serviços você precisa e com que frequência precisa fazê-los para manter a saúde. Se você tiver a Parte B do Medicare, tem direito a muitos serviços preventivos sem custos para você.

---

### **Você sabia que o Medicare cobre esses Serviços Preventivos?**

#### **Triagem de Aneurisma da Aorta Abdominal**

Triagem única de ultrassonografia para pessoas em risco. Se você tem histórico familiar de aneurisma da aorta abdominal ou é homem, tem de 65 a 75 anos e fumou pelo menos 100 cigarros ao longo da vida, você é considerado em risco.

#### **Triagem e Aconselhamento sobre o Mal Uso do Álcool**

O Medicare cobre um rastreamento de abuso de álcool por ano para adultos (inclusive gestantes) para identificar pessoas que abusam do álcool, mas não são dependentes. Se o rastreamento for positivo, você pode receber até 4 sessões breves de aconselhamento presencial por ano (se for capaz e estiver alerta durante o aconselhamento). Seu clínico geral ou outro provedor de cuidados primários deve fazer o aconselhamento em um ambiente de atenção primária (como um consultório médico).

#### **Medição da Massa Óssea**

Esses exames ajudam a verificar se você está em risco de sofrer fraturas ósseas. A Medicare cobre esses exames uma vez a cada 24 meses (mais frequentemente se for aconselhado por um médico) para determinadas pessoas em risco de osteoporose.

## Você sabia que o Medicare cobre esses Serviços Preventivos? (continuação)

### **Doença Cardiovascular (Terapia Comportamental)**

A Medicare cobre uma consulta por ano com um médico de cuidados primários para ajudar a diminuir o risco de doença cardiovascular. Durante essa visita, o médico pode discutir o uso de aspirina (se apropriado), verificar sua pressão arterial, e fornecer dicas para garantir que você esteja se alimentando bem.

### **Triagens de Doenças Cardiovasculares**

Peça a seu médico para testar seus níveis de colesterol, lipídeos e triglicerídeos para ajudar a determinar se você está em risco de ataque cardíaco ou infarto. Se estiver em risco, há procedimentos que você pode seguir para ajudar a prevenir essas condições. A Medicare cobre exame de níveis de colesterol, lipídeos e triglicerídeos a cada 5 anos.

### **Triagens de Câncer Colorretal**

Questi esami aiutano a individuare il carcinoma del colon-retto agli inizi, quando il trattamento è più efficace. Se hai almeno 50 anni, o sei a rischio di carcinoma al colon-retto, Medicare cobre uno o più dei seguenti esami: esame per sangue occulto nelle feci, ricerca di biomarcatori nel sangue, sigmoidoscopia flessibile, colonscopia diagnostica, clisma opaco, e analisi del DNA contenuto nelle feci a più marcatori (come Cologuard™). La frequenza con la quale Medicare paga per questi test dipende dal test e dal livello di rischio per questo tipo di carcinoma. Determinerai insieme al tuo medico i test più appropriati al tuo caso.

### **Triagem de Depressão**

A Medicare cobre uma triagem de depressão por ano, para todas as pessoas com plano Medicare. A triagem deve ser realizada em um ambiente de cuidados primários (como um consultório médico) que possa fornecer um tratamento de acompanhamento e outras indicações, se necessário.

### **Triagem de Diabetes**

A Medicare cobre exames para verificar a diabetes e pré-diabetes. Esses exames estão disponíveis se você apresenta um dos seguintes fatores de risco: pressão arterial alta, histórico de níveis alterados de colesterol e triglicerídeos (dislipidemia), obesidade ou histórico de níveis elevados de açúcar no sangue. Os exames também possuem cobertura se você apresentar duas ou mais das seguintes condições: Idade a partir de 65 anos, histórico familiar de diabetes (pais, irmãos), histórico de diabetes gestacional (diabetes durante a gravidez) ou deu à luz um filho pesando mais de quatro quilos (nove libras). Com base nos resultados desses exames, você pode ser elegível para até duas triagens por ano. Converse com seu médico para obter mais informações.

## **Treinamento do Autocontrole da Diabetes**

Esse treinamento ensina a lidar com o diabetes e controlá-lo. O treinamento pode incluir dicas de alimentação saudável, atividade física, monitoramento da glicemia, como tomar o medicamento e redução de riscos. O Medicare cobre esse treinamento para pessoas com diabetes que tenham um pedido por escrito do médico ou de outro provedor de cuidados de saúde.

## **Vacinas para Gripe**

Essas doses de vacina ajudam a prevenir a gripe ou o vírus da gripe. A Medicare cobre essas doses uma vez por temporada de gripe.

## **Exames de Glaucoma**

Esses exames ajudam a pesquisar a presença da doença ocular glaucoma. O Medicare cobre esses exames uma vez a cada 12 meses para pessoas com alto risco de glaucoma.

## **Vacinas de Hepatite B**

Essa série de vacinas ajuda a proteger as pessoas de se infectarem com Hepatite B. Medicare cobre essas vacinas com pessoas de médio a alto risco para Hepatite B.

## **Triagem de infecção de vírus de Hepatite B (HBV)**

O Medicare cobre rastreamentos de infecção por HBV para pessoas com alto risco de infecção por HBV ou gestantes. O Medicare só cobre esses rastreamentos se um clínico geral fizer o pedido. O Medicare cobre rastreamentos anuais de infecção por HBV para pessoas com alto risco continuado que não recebam a vacinação contra hepatite B. O Medicare também cobre esses rastreamentos para gestantes na primeira visita pré-natal de cada gravidez, no momento do parto para as que tenham fatores de risco novos ou continuados e na primeira consulta pré-natal para futuras gravidezes, mesmo que ela já tenha recebido a vacina contra hepatite B ou tenha tido um resultado negativo no rastreamento de HBV.

## **Rastreamentos de hepatite C**

O Medicare cobre um único exame de rastreamento de hepatite C para pessoas nascidas entre 1945 e 1965. O Medicare também cobre rastreamentos repetidos uma vez por ano para algumas pessoas de alto risco que continuem tendo um comportamento de alto risco. Pessoas que tenham alto risco devem atender a pelo menos uma das condições a seguir: história atual ou anterior de uso de drogas injetáveis ilícitas ou recebimento de transfusão sanguínea antes de 1992.

## Você sabia que o Medicare cobre esses Serviços Preventivos? (continuação)

### **Triagem para o HIV**

O Medicare cobre rastreamentos de HIV (vírus da imunodeficiência humana) se você pedir e tiver entre 15 e 65 anos e não estiver em risco ou tiver menos de 15 ou mais de 65 anos e tiver um risco aumentado. O Medicare cobre esse exame uma vez a cada 12 meses ou até 3 vezes durante a gravidez.

### **Teste de Triagem do Câncer Pulmonar**

O Medicare cobre um rastreamento de câncer de pulmão usando tomografia computadorizada de baixa dose uma vez por ano se você atender a todas as condições a seguir: tiver 55 a 77 anos, não tiver sinais nem sintomas de câncer de pulmão (assintomático), for fumante atual ou tiver parado de fumar nos últimos 15 anos, tiver história de tabagismo de pelo menos 30 “anos-maço” (em média um maço (20 cigarros) por dia durante 30 anos) e tiver um pedido por escrito do seu médico. Antes do primeiro rastreamento de câncer pulmonar, você precisará agendar uma consulta com seu médico para discutir os riscos e benefícios do rastreamento de câncer de pulmão. Você e seu médico podem decidir se o rastreamento de câncer de pulmão é indicado para você.

### **Mamografias (rastreamentos de câncer de mama)**

O Medicare cobre uma mamografia a cada 12 meses para mulheres com 40 anos de idade ou mais. O Medicare também cobre uma mamografia de referência para mulheres com idades entre 35 e 39 anos.

### **Serviços de Terapia de Nutrição Médica**

A Medicare poderá cobrir uma terapia de nutrição médica e determinados serviços relacionados se você possuir diabetes ou doença renal, ou se já realizou transplante renal nos últimos 36 meses, e seu médico ou outro profissional não médico lhe indicar o serviço.

### **Programa de Prevenção de Diabetes**

Se você tem um Medicare Parte B, tem pré-diabete e está dentro de outros critérios, a Medicare cobre um programa de mudança de comportamento de saúde comprovado uma vez na vida para ajudar você a prevenir diabetes tipo 2. Esse programa começa com pelo menos 16 sessões principais oferecidas em um grupo por um período de 6 meses. Após as sessões principais, você estará elegível para sessões mensais adicionais que ajudarão você a manter os hábitos saudáveis.

## **Triagem e Aconselhamento sobre Obesidade**

Se o seu índice de massa corporal (IMC) for 30 ou mais, o Medicare cobre sessões de terapia comportamental para ajudar você a perder peso. O Medicare pode cobrir esse aconselhamento se ele for prestado em um ambiente de atenção primária (como consultório médico), onde ele pode ser coordenado com outros cuidados e com um plano preventivo personalizado.

## **Teste de Papanicolau e Exame Pélvico (também inclui o exame das mamas)**

Esses testes e exames laboratoriais verificam a presença de câncer cervical e vaginal. A Medicare cobre esses testes e exames a cada 24 meses para todas as mulheres, e uma vez a cada 12 meses para mulheres com alto risco. A Medicare também cobre testes do Vírus do papiloma humano (HPV) (quando realizado com um teste de Papanicolau) uma vez a cada cinco anos se você tiver entre 30-65 anos sem sintomas de HPV.

## **Vacinas contra a Pneumonia**

O Medicare cobre uma vacina pneumocócica para ajudar a prevenir infecções pneumocócicas (como alguns tipos de pneumonia). O Medicare também cobre uma segunda dose diferente se ela for administrada um ano (ou mais) após a primeira dose. Converse com seu médico ou outro provedor de cuidados de saúde para verificar se essas vacinas são adequadas para você.

## **Consultas Preventivas**

**Consulta preventiva única “Bem-vindo(a) ao Medicare”** — O Medicare cobre uma avaliação da sua saúde e orientação e aconselhamento sobre serviços preventivos, incluindo qualquer rastreamento, vacina e encaminhamento para outros cuidados que você possa precisar. O Medicare cobre essa consulta somente nos 12 primeiros meses de cobertura do Medicare Parte B (seguro médico).

**Consulta anual “Bem-estar”** — Se você possui o plano Parte B por mais de 12 meses, você é elegível para uma consulta de bem-estar anual, para desenvolver ou atualizar um plano de prevenção personalizado, baseado na sua saúde atual e nos fatores de risco. A Medicare cobre essa visita uma vez a cada 12 meses.

## **Triagens de Câncer de Próstata**

Esses exames pesquisam o câncer de próstata. O Medicare cobre um exame retal digital e um teste de laboratório de antígeno prostático específico (PSA) uma vez a cada 12 meses para homens com mais de 50 anos (a partir do dia seguinte ao 50º aniversário).

## Você sabia que o Medicare cobre esses Serviços Preventivos? (continuação)

### **Triagem e Aconselhamento sobre Doenças Sexualmente Transmissíveis**

O Medicare cobre rastreamentos de infecções sexualmente transmissíveis para clamídia, gonorréia, sífilis e hepatite B. O Medicare cobre esses rastreamentos para gestantes e para algumas pessoas com risco aumentado de infecção sexualmente transmissível caso o clínico geral ou outro provedor de atenção primária peça os testes. O Medicare cobre esses exames uma vez a cada 12 meses ou em determinadas fases da gravidez. O Medicare também cobre até 2 sessões presenciais individuais de aconselhamento comportamental de alta intensidade por ano, com duração de 20 a 30 minutos, para adultos sexualmente ativos com risco aumentado de infecções sexualmente transmissíveis. O Medicare cobre essas sessões de aconselhamento somente se elas forem prestadas por um clínico geral e realizadas em um ambiente de atenção primária (como consultório médico). O Medicare não cobre aconselhamento conduzido em um ambiente de internação (casa de repouso, por exemplo), como benefício preventivo.

### **Aconselhamento para abandono do tabagismo**

O Medicare cobre até 8 consultas presenciais durante um período de 12 meses para todas as pessoas que usam tabaco. Esse aconselhamento deve ser prestado por um médico ou outro provedor de cuidados de saúde.



### **O que você paga**

Você não paga nada por muitos serviços preventivos se realizá-los com um médico qualificado ou outro provedor de cuidados de saúde que aceite atribuição (“assignment”) do Medicare. Alguns planos de saúde do Medicare podem não cobrar franquias, copagamentos ou cosseguro por alguns serviços preventivos cobertos pelo Medicare e recebidos dentro da rede credenciada. Entre em contato com o administrador do seu plano ou dos benefícios para saber mais sobre o custo. Para obter mais informações sobre os planos de saúde do Medicare, acesse [Medicare.gov/sign-up-change-plans/different-types-of-medicare-health-plans](https://www.medicare.gov/sign-up-change-plans/different-types-of-medicare-health-plans).

### **Para mais informações**

Para mais detalhes sobre a cobertura do Medicare desses serviços preventivos, incluindo seus custos no Medicare Original, acesse [Medicare.gov/publications](https://www.medicare.gov/publications) para visualizar ou imprimir a brochura “Seu guia para serviços preventivos do Medicare.” Ou ligue para 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) e solicite uma cópia. Usuários de TTY devem ligar para 1-877-486-2048.

Você também pode fazer o login na sua conta segura do Medicare (ou criá-la) no site [Medicare.gov](https://www.medicare.gov), onde você encontra uma lista dos serviços preventivos aos quais tem direito com o Medicare Original. Você também pode obter outras informações pessoais do Medicare, ver seus pedidos de pagamento do Medicare, imprimir uma cópia do seu cartão Medicare oficial e pagar os prêmios do Medicare se receber uma conta do Medicare, entre outras coisas.



Você tem o direito de obter as informações sobre o Medicare em formato acessível, como em caracteres grandes, Braille ou áudio. Você também tem o direito de registrar uma reclamação se achar que sofreu discriminação. Acesse a página [Medicare.gov/about-us/nondiscrimination/accessibility-nondiscrimination.html](https://www.medicare.gov/about-us/nondiscrimination/accessibility-nondiscrimination.html), ou ligue para 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) para mais informações. Usuários com deficiência auditiva devem ligar para 1-877-486-2048.

A produção deste produto foi custeada pelos contribuintes dos EUA.