



CENTERS FOR MEDICARE & MEDICAID SERVICES

# Cuidados com a saúde

## Serviços de prevenção do Medicare

Uma maneira importante e fácil de se ter cuidados com a saúde é obter serviços de prevenção e detecção precoce de doenças. Os serviços de prevenção e detecção precoce de doenças podem evitar que você contraia certas doenças ou ajudá-lo a detectar problemas de saúde precocemente, quando o tratamento funciona melhor. Fale com seu médico ou provedor de atendimento de saúde para descobrir de quais exames ou outros serviços você precisa e com que frequência você precisa deles para permanecer saudável. Se tiver um plano Medicare Parte B, poderá obter 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

A Medicare cobre uma triagem por ano de mal uso do álcool para adultos com plano Medicare (incluindo mulheres grávidas), para identificar as pessoas que fazem mal uso do álcool, mas que não são dependentes. Se sua triagem for positiva, você pode receber até quatro sessões breves de aconselhamento presencial por ano (se estiver capacitado e alerta durante o aconselhamento). Um médico de cuidados primários qualificado ou outro profissional de cuidados primários fornece o aconselhamento em um ambiente de cuidados primários (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**

Esses exames ajudam a identificar o câncer colorretal precocemente, quando o tratamento tem melhores resultados. Se você tem 50 anos ou mais, ou possui alto risco de desenvolver câncer colorretal, a Medicare cobre um ou mais dos seguintes exames: teste de sangue oculto nas fezes, sigmoidoscopia flexível, colonoscopia de triagem, enema de bário e teste de DNA fecal multialvo (como o Cologuard™). A frequência com a qual a Medicare cobre esses exames depende do exame e de seu nível de risco para esse câncer. Você e seu médico decidem qual exame é o mais indicado para você.

### **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 ajuda você a lidar e gerenciar sua diabetes. Esse programa pode incluir dicas de alimentação, ser ativo, monitorar o açúcar no sangue, tomar o remédio e reduzir os riscos. Você deve ter diabetes e um pedido escrito de um médico ou outro provedor de atendimento 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 diagnosticar o glaucoma ocular. A Medicare possui cobertura para esses exames uma vez a cada 12 meses, para as pessoas com alto risco de desenvolver 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)**

A Medicare cobre triagens de infecção de HBV se você está em alto risco de se infectar com HBV ou se estiver grávida. A Medicare somente cobrirá essas triagens se você tiver um pedido de um provedor de atendimento de saúde. Triagens de infecções de HBV são cobertas anualmente somente para aqueles em risco contínuo e que não receberam vacina para Hepatite B. E também mulheres grávidas na primeira visita pré-natal, no momento de entrega para aqueles com fatores novos ou de alto risco, o primeiro pré-natal para gravidezes futuras, mesmo se já vacinado para Hepatite B anteriormente ou se a triagem de HBV teve resultados negativos.

## **Triagem de Hepatite C**

A Medicare cobre um único exame de triagem para a hepatite C para as pessoas nascidas entre 1945 e 1965. A Medicare também cobre triagem de repetição anual para determinadas pessoas com alto risco e que continuam expostas a um comportamento de alto risco. As pessoas com plano Medicare que possuem alto risco devem apresentar pelo menos uma das seguintes condições: histórico atual ou anterior de uso ilícito de drogas injetáveis ou precisaram de transfusão sanguínea antes de 1992.

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

### **Triagem para o HIV**

A Medicare cobre triagens de HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana) se você tiver entre 15-65 anos, não tiver em risco e pedir a triagem, ou se for mais novo que 15 anos ou mais velho que 65 anos, se estiver em maior risco e pedir a triagem. A Medicare cobre esse exame uma vez a cada 12 meses ou até 3 vezes durante a gravidez.

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

A Medicare cobre triagem de câncer pulmonar através da Tomografia Computadorizada de Baixa Dosagem (TCBD), uma vez por ano se você apresentar todas as seguintes condições: idade entre 55 e 77 anos, é fumante ativo ou parou de fumar nos últimos 15 anos, possui um histórico de fumo de tabaco de pelo menos 30 “anos de pacotes diários” (uma média de um pacote por dia durante 30 anos) e possui uma prescrição por escrito de seu médico ou profissional não médico. Antes de sua primeira triagem de câncer pulmonar, será necessário agendar uma consulta com seu médico para discutir os benefícios e riscos da triagem do câncer pulmonar. Você e seu médico podem decidir se a triagem de câncer pulmonar é indicada para você.

### **Triagem de Mamografia (Triagem de Câncer de Mama)**

A Medicare possui cobertura para mamografias uma vez a cada 12 meses para todas as mulheres com 40 anos ou mais. A Medicare também cobre uma mamografia de detecção precoce para mulheres entre 35 a 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 você possuir um índice de massa corporal (IMC) de 30 ou mais, a Medicare cobre sessões de terapia comportamental para ajudá-lo com a perda de peso. Esse aconselhamento pode ser coberto se você o realizar em um ambiente de cuidados primários (como um consultório médico), onde ele pode ser coordenado com seu outro cuidado ou um plano prevenção 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**

A Medicare possui cobertura para uma vacina pneumocócica para ajudar a prevenir infecções por pneumococos (como alguns tipos de pneumonia). A Medicare também cobre uma segunda dose diferente se for dada um ano (ou mais) após a primeira dose. Converse com seu médico ou outro profissional de saúde para verificar se necessita dessas doses.

## **Consultas Preventivas**

**Consulta preventiva única “Bem-vindo(a) à Medicare”** — A Medicare cobre uma análise de sua saúde, orientação e aconselhamento sobre serviços de prevenção, incluindo determinadas triagens, vacinas e indicações para outros cuidados, se necessário. A Medicare cobre essa consulta somente nos primeiros 12 meses da cobertura do plano Medicare Parte B (Seguro de Saúde).

**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 ajudam a diagnosticar o câncer de próstata. A Medicare cobre um exame retal digital e um teste de laboratório de Antígeno Específico da Próstata (PSA), uma vez a cada 12 meses, para todos os homens acima de 50 anos e com plano Medicare (a cobertura começa no primeiro dia após seu 50º aniversário).

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

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

A Medicare possui cobertura para triagens de doenças sexualmente transmissíveis (DST), para clamídia, gonorreia, sífilis e hepatite B. Essas triagens possuem cobertura para mulheres com plano Medicare que estejam grávidas e/ou para determinadas pessoas que possuem um risco maior de DST, quando os exames são prescritos por médico de cuidados primários ou um prestador de cuidados primários. A Medicare cobre esses exames a cada 12 meses ou em determinadas fases da gravidez. A Medicare também possui cobertura para até 2 sessões presenciais de aconselhamento comportamental de alta intensidade por ano, com duração de 20 a 30 minutos, para adultos sexualmente ativos e com risco aumentado de DST. A Medicare cobrirá somente essas sessões de aconselhamento se forem fornecidas por um provedor de cuidados primários e realizadas em um ambiente de cuidados primários, como um consultório médico. O aconselhamento conduzido em um ambiente ambulatorial, como uma instalação de enfermagem especializada, não será coberto como um benefício preventivo.

### **Abandono do fumo e uso de tabaco (aconselhamento para o abandono do fumo ou uso de outros produtos do tabaco).**

A Medicare também cobre até 8 consultas presenciais durante um período de 12 meses. Todas as pessoas na Medicare que usam tabaco possuem a cobertura. Essas consultas devem ser fornecidas por um médico qualificado ou outro profissional reconhecido pela Medicare.



### **O que você paga**

Você não pagará nada por muitos serviços preventivos se realizá-los com um médico qualificado ou outro provedor de atendimento de saúde que aceite a atribuição. Para alguns serviços preventivos, você talvez tenha que pagar uma franquia, cosseguro e/ou copagamento. Esses valores variam dependendo do tipo de serviço necessário e o tipo de plano de saúde do Medicare que você tem.

### **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 se registrar em [MyMedicare.gov](https://www.mymedicare.gov) para obter acesso direto a informações de saúde preventivas - 24 horas por dia, todos os dias. Você pode acompanhar seus serviços preventivos, obter um calendário de 2 anos dos testes e triagens cobertos pelo Medicare para os quais você é elegível, e imprimir um relatório personalizado “de qualquer lugar” para levar em sua próxima visita ao médico



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.

Financiado pelo Departamento de Saúde e Serviços Humanos.