

Como Manter sua Saúde



This is an Official U.S. Government Product

Serviços Preventivos de Medicare

Uma forma fácil e importante de se manter saudável é buscar o atendimento de um serviço de prevenção e detecção antecipada de doenças. Este tipo de serviço pode ajudá-lo a evitar certas doenças ou a detectar problemas de saúde no estágio inicial, quando o tratamento funciona melhor. Pergunte ao seu médico ou outro profissional de saúde que lhe atende sobre os tipos de exames ou outros serviços de que talvez você precise, conforme se descreve no quadro abaixo e com que frequência precisa fazer esses exames e utilizar esses serviços para se manter saudável. Se você tiver o Medicare Original, você terá então o direito a uma consulta anual de bem-estar (“wellness”) e a muitos serviços preventivos, sem nenhum custo para você.

A informação contida nesta publicação estava atualizada quando foi impressa. A cobertura de serviços preventivos de Medicare poderá mudar periodicamente. Visite www.medicare.gov para obter mais informações.

Você sabia que o Medicare cobre...

Exame de Aneurisma Aórtico Abdominal	<p>Este é um exame de ultrassom feito uma única vez para as pessoas de maior risco. Se você tiver histórico familiar de aneurisma aórtico abdominal ou se for homem de 65 a 75 anos e tiver fumado pelo menos 100 cigarros em toda a sua vida, você é considerado em risco.</p> <p>Medicare cobre este exame se o clínico geral o recomendar como parte da sua consulta preventiva “Welcome to Medicare” (Bem-vindo ao Medicare).</p>
Exame e Aconselhamento sobre Abuso de Álcool	<p>O Medicare cobre 1 exame de abuso de álcool por ano para os adultos que têm Medicare (inclusive grávidas) como meio de identificar as pessoas que abusam do álcool mas não são dependentes. Se seu teste der positivo, você poderá obter até 4 breves sessões individuais de aconselhamento por ano (desde que demonstre estar capaz e alerta durante o aconselhamento). O aconselhamento tem que ser fornecido por um clínico geral qualificado ou outro profissional de atendimento básico de saúde em uma unidade de atendimento básico de saúde.</p>
Medição da Massa Óssea	<p>Estes exames podem lhe ajudar se você for uma pessoa com risco de sofrer fraturas dos ossos. Medicare cobre esses testes uma vez a cada 24 meses (ou mais frequentemente, se necessário do ponto de vista médico) para certas pessoas que correm o risco de ter osteoporose.</p>
Doença Cardiovascular (Terapia Comportamental)	<p>Medicare cobre 1 consulta por ano com seu médico de atendimento básico para ajudar a baixar seu risco de doença cardiovascular. Durante essa consulta, seu médico poderá discutir o uso da aspirina (se for apropriado), verificar sua pressão arterial e lhe dar recomendações sobre como se alimentar de forma mais saudável.</p>
Exames Cardiovasculares	<p>Peça ao seu médico para testar seus níveis de colesterol, lipídios e triglicérides para ajudar a determinar se você corre o risco de sofrer um ataque de coração ou derrame (acidente vascular cerebral). Se você estiver em risco, há providências que pode tomar para evitar esses problemas.</p> <p>Medicare cobre os exames de verificação dos níveis de colesterol, lipídios e triglicérides a cada 5 anos.</p>
Exames de Câncer Colorretal	<p>Estes exames ajudam a detectar o câncer colorretal no seu início, quando o tratamento consegue melhores resultados.</p> <p>Se você tiver 50 ou mais anos ou se correr risco de ter câncer colorretal, Medicare cobre 1 ou mais dos seguintes testes: sangue oculto nas fezes, sigmoidoscopia flexível, colonoscopia de teste e enema de bário. A frequência com que o Medicare paga por esses testes depende do teste e do seu nível de risco quanto a este tipo de câncer. Você e seu médico é quem decidem que testes são mais apropriados para você.</p>
Exame de Depressão	<p>Medicare cobre 1 exame de depressão por ano para todas as pessoas cobertas por Medicare. O exame tem que ser feito em uma unidade de atendimento básico de saúde que possa dar tratamento posterior e fazer o encaminhamento do paciente.</p>
Exame de Diabetes	<p>Medicare cobre os testes para detectar diabetes ou pré-diabetes. Estes testes estão disponíveis se você tiver qualquer um dos seguintes fatores de risco: pressão arterial elevada, dislipidemia (histórico de níveis anormais de colesterol e triglicérides), obesidade ou um histórico de nível elevado de açúcar no sangue. Os testes também são cobertos se você tiver duas ou mais das seguintes características: 65 ou mais anos, excesso de peso, histórico familiar de diabetes (pais, irmãos, irmãs), histórico de diabetes gestacional (durante a gravidez) ou se você deu à luz um bebê de mais de 9 libras.</p> <p>Com base nos resultados destes testes, você poderá ter direito a até 2 exames a cada ano. Obtenha mais informações com o seu médico.</p>

Você sabia que o Medicare cobre...

Treinamento para Auto-Tratamento do Diabetes	Este treinamento é para as pessoas com diabetes que tenham um pedido por escrito de um médico ou outro profissional qualificado de atendimento de saúde.
Vacinas contra Gripe	Estas vacinas ajudam a prevenir o vírus influenza ou da gripe. Medicare cobre estas vacinas uma vez a cada temporada de gripe no outono ou inverno (no hemisfério norte) para todas as pessoas que têm Medicare. Você vai precisar de tomar a vacina todo ano contra o vírus então prevalente.
Testes de Glaucoma	Estes testes ajudam a detectar as doenças dos olhos chamadas conjuntamente de glaucoma. Medicare cobre estes testes uma vez a cada 12 meses para as pessoas que correm risco elevado de glaucoma.
Vacinas contra Hepatite B	Esta série de 3 vacinas ajuda a proteger as pessoas contra a Hepatite B. Medicare cobre estas vacinas para as pessoas com risco médio a alto de contrair Hepatite B.
Testes de HIV	Medicare cobre o teste de HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana) para grávidas e pessoas em risco de infecção, inclusive qualquer pessoa que peça para fazer o teste. Medicare cobre este teste uma vez a cada 12 meses ou até 3 vezes durante uma gravidez.
Mamografia (Exame de Câncer da Mama)	É um tipo de raios-X para verificar a presença de câncer de mama antes de você ou seu médico poderem encontrá-lo manualmente. Medicare cobre uma mamografia a cada 12 meses para as mulheres com 40 anos ou mais. Medicare também cobre 1 mamografia de referência (linha basal) para as mulheres entre 35 e 39 anos.
Serviços Terapêuticos de Nutrição Médica	Medicare pode cobrir a terapia de nutrição médica e certos serviços relacionados se você tiver diabetes ou doença renal ou se teve um transplante de rim nos últimos 36 meses, e seu médico ou outro profissional de atendimento de saúde encaminhar você a este serviço.
Teste e Aconselhamento sobre Obesidade	Se você tiver um índice de massa corporal igual ou superior a 30, Medicare cobre o aconselhamento intensivo para ajudá-lo/a a perder peso. Este aconselhamento poderá ser coberto se ele já estiver disponível na sua unidade de atendimento básico, onde ele poderá ser coordenado com seu plano global de prevenção. Fale com seu médico ou outro profissional de atendimento básico para obter mais informações.
Teste de Papanicolau e Exame Pélvico (inclui também um exame da mama)	Estes testes e exames de laboratório verificam a presença de câncer cervical e vaginal. Medicare cobre estes testes e exames a cada 24 meses para todas as mulheres e uma vez a cada 12 meses para mulheres em alto risco.
Vacina Pneumocócica	Esta vacina ajuda a prevenir as infecções pneumocócicas (como certos tipos de pneumonia). Medicare cobre esta vacina para todas as pessoas com Medicare. A maior parte das pessoas somente precisa tomar esta vacina uma vez na vida. Converse com seu médico.

Você sabia que o Medicare cobre...

<p>Consultas Preventivas</p>	<p>Consulta preventiva de uma única vez (“Welcome to Medicare”)—Medicare cobre uma avaliação da sua condição de saúde, além de educação e aconselhamento sobre serviços preventivos, inclusive certos testes, vacinas e encaminhamento a outros tipos de atendimento, se necessário.</p> <p>Medicare cobre esta consulta somente nos primeiros 12 meses da cobertura Medicare Parte B.</p> <p>Consulta anual de bem-estar (“Wellness”)—Se você já tiver a cobertura Medicare Parte B há mais de 12 meses, terá direito a uma consulta anual de bem-estar cujo fim é elaborar ou atualizar um plano de prevenção personalizado com base na sua condição atual de saúde e fatores de risco.</p> <p>Medicare cobre esta consulta uma vez a cada 12 meses.</p>
<p>Exames de Câncer da Proposta</p>	<p>Estes testes ajudam a detectar o câncer de próstata.</p> <p>Medicare cobre o exame retal digital e um teste de laboratório de PSA (antígeno prostático específico) uma vez a cada 12 meses para todos os homens com 50 ou mais anos com Medicare (a cobertura começa um dia após você completar 50 anos).</p>
<p>Exame e Aconselhamento em Doenças Sexualmente Transmítidas</p>	<p>Medicare cobre testes para detectar infecções sexualmente transmitidas (IST) de clamídia, gonorréia, sífilis e Hepatite B. Estes testes são cobertos para as pessoas grávidas com Medicare e/ou para certas pessoas com risco maior de contrair uma IST, quando os testes são pedidos por um profissional de atendimento básico de saúde. Medicare cobre esses testes uma vez a cada 12 meses ou em certos momentos durante a gravidez.</p> <p>Medicare também cobre até 2 sessões anuais de alta intensidade para o aconselhamento individual baseado no comportamento, com duração cada uma de 20 a 30 minutos, para adultos sexualmente ativos com risco elevado de contrair ISTs. Medicare somente cobrirá essas sessões de aconselhamento se forem prestadas por um serviço de atendimento básico de saúde e ocorrerem numa unidade de atendimento básico como, por exemplo, um consultório médico. O aconselhamento conduzido numa unidade hospitalar ou clínica, como por exemplo uma unidade com atendimento de enfermagem qualificado, não será coberto como um benefício preventivo.</p>
<p>Aconselhamento para Abandono do Fumo</p>	<p>O aconselhamento para abandono do fumo será coberto para as pessoas que fumam ou usam outros produtos de tabaco e que não foram diagnosticadas com uma doença causada ou complicada pelo uso do tabaco. Medicare cobrirá até 8 consultas pessoais durante um período de 12 meses. Essas consultas têm que ser feitas com um médico qualificado ou outro profissional reconhecido por Medicare.</p>

O que você paga

Você não pagará nada por muitos serviços preventivos se eles forem prestados por um médico qualificado ou outro profissional de atendimento de saúde que aceite designações. No caso de alguns serviços preventivos, você poderá ter que pagar um dedutível (franquia), cosseguro e/ou copagamento. Esses valores variam dependendo do tipo de serviços de que você necessita e do tipo de plano de saúde Medicare que você tem.

Para obter mais informações

Para obter mais detalhes sobre a cobertura Medicare desses serviços preventivos, inclusive seus custos dentro do programa Original Medicare, visite www.medicare.gov/publications para ver ou imprimir o folheto “Your Guide to Medicare’s Preventive Services” [Seu Guia sobre os Serviços Preventivos de Medicare]. Ou então, ligue para 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) e peça uma cópia. Os usuários de TTY devem ligar para 1-877-486-2048.

Você pode também visitar www.MyMedicare.gov para obter acesso direto a informações de saúde preventiva, 24 horas por dia, todos os dias da semana. Você pode acompanhar seus serviços preventivos, obter um calendário de 2 anos sobre os testes e exames a que você tem direito e que são cobertos por Medicare e imprimir um relatório personalizado “on the go” (em movimento) para levar à sua próxima consulta. Visite o website, registre-se e Medicare lhe enviará uma senha que permite a você acessar sua informação pessoal relativa ao Medicare.

