

Mantendo-se saudável

Serviços preventivos
do Medicare

[Medicare.gov](https://www.Medicare.gov)



Medicare

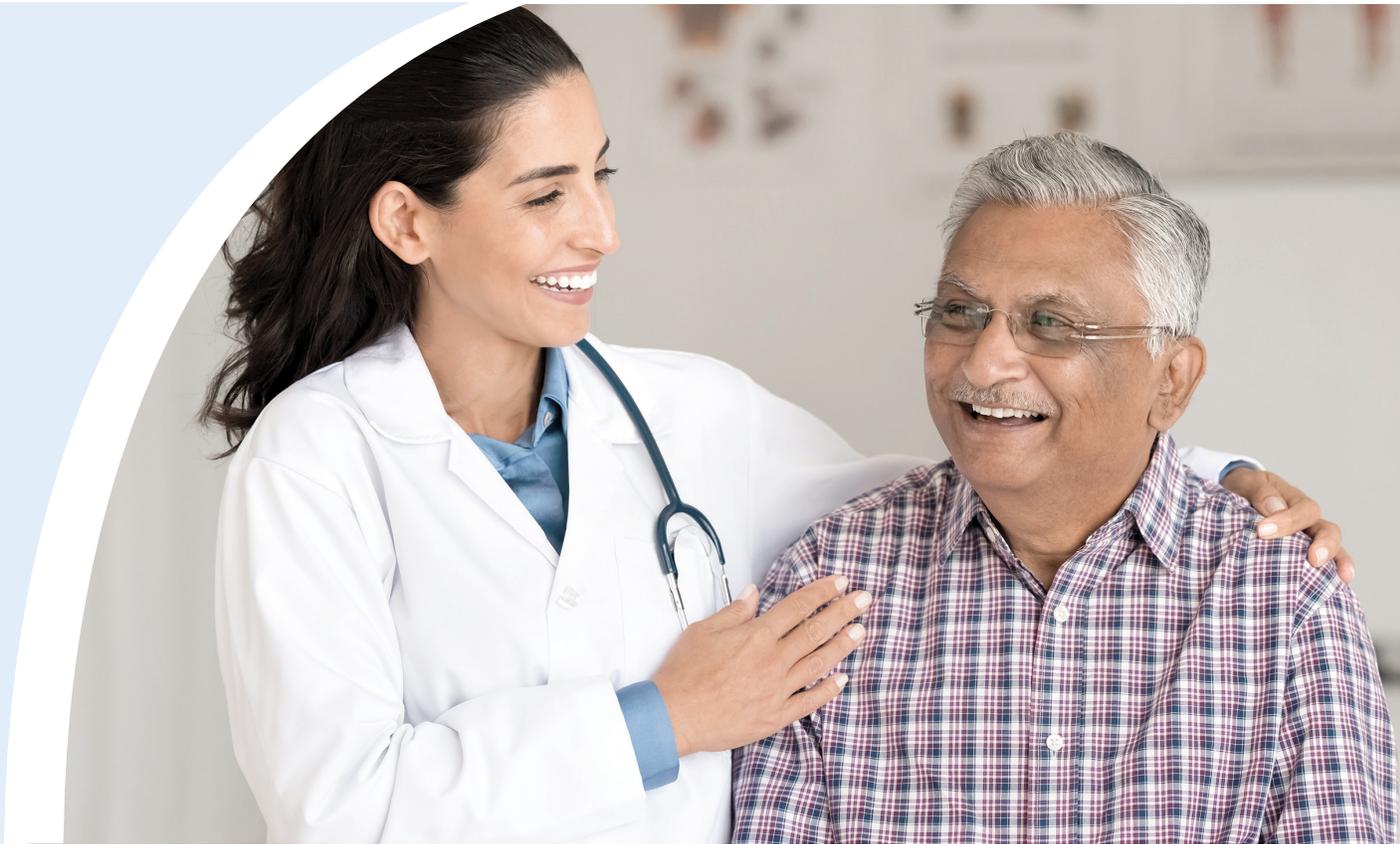
Sobre este livreto

Serviços preventivos são serviços de saúde que ajudam você a prevenir ou encontrar problemas de saúde em um estágio inicial e a se manter saudável. Este livreto descreve os serviços preventivos que o Medicare Original cobre. O Medicare Original inclui o Medicare Parte A (Seguro Hospitalar) e Parte B (Seguro Médico). Converse com seu médico ou outro profissional de saúde para saber quais serviços preventivos são adequados para você e com que frequência você precisa deles.

O que você vai pagar

Se você tiver a Parte B, não pagará nada por muitos serviços preventivos se forem realizados por um médico ou outro profissional de saúde qualificado que aceite a atribuição. A atribuição é um acordo do seu médico, provedor ou fornecedor a ser pago diretamente pelo Medicare, para aceitar o valor do pagamento que o Medicare aprova para o serviço, e não cobrar mais do que a franquia do Medicare e quaisquer valores de cosseguro ou copagamento aplicáveis.

Se você tiver o Medicare Advantage ou outro plano de saúde do Medicare, alguns planos podem não cobrar franquias, copagamentos ou cosseguro para determinados serviços preventivos cobertos pelo Medicare na rede. Entre em contato diretamente com o administrador do plano ou dos benefícios para saber mais sobre seus custos e cobertura para serviços preventivos. Normalmente, você encontra as informações de contato do seu plano no cartão de associação do plano. Para obter mais informações sobre os planos de saúde do Medicare, visite [Medicare.gov/health-drug-plans/health-plans](https://www.Medicare.gov/health-drug-plans/health-plans).



Serviços preventivos cobertos pelo Medicare

Esta seção lista os serviços preventivos que o Medicare cobre, em ordem alfabética.

Para descobrir se o Medicare cobre um serviço ou teste para homens, mulheres ou homens e mulheres, procure um destes símbolos ao lado de cada serviço preventivo:

Apenas
homens



Apenas
mulheres



Homens e
mulheres





Exames de aneurisma da aorta abdominal

Os exames de aneurisma da aorta abdominal verificam se há aneurismas (protuberâncias nos vasos sanguíneos) na área abdominal. O Medicare cobre um ultrassom de triagem de aneurisma da aorta abdominal uma vez na vida se você estiver em risco e receber um encaminhamento de seu médico ou outro profissional de saúde. Você é considerado em risco se tiver um histórico familiar de aneurismas da aorta abdominal ou se for um homem entre 65 e 75 anos e tiver fumado pelo menos 100 cigarros na vida.



Exames e aconselhamento sobre o uso indevido de álcool

Os testes de triagem de uso indevido de álcool incluem perguntas sobre o seu uso de álcool. O Medicare cobre uma triagem de uso indevido de álcool a cada ano para adultos que usam álcool, mas não atendem aos critérios médicos para dependência de álcool. Se o seu médico de cuidados primários ou outro profissional de saúde determinar que você está abusando de álcool, você pode obter até 4 breves sessões de aconselhamento presencial a cada ano (se estiver competente e alerta durante o aconselhamento). Você deve obter o aconselhamento em um ambiente de cuidados primários (como um consultório médico).



Medições de massa óssea

As medições da massa óssea podem ajudar a descobrir se você corre o risco de fraturas nos ossos. O Medicare cobre esses testes uma vez a cada 24 meses (ou com mais frequência, se clinicamente necessário) para determinadas pessoas com risco de osteoporose.



Terapia comportamental cardiovascular

A terapia comportamental cardiovascular ajuda a diminuir o risco de doenças cardiovasculares (condições que afetam o coração e os vasos sanguíneos). O Medicare cobre uma visita de terapia comportamental cardiovascular a cada ano com seu médico de cuidados primários ou outro profissional de cuidados primários em um ambiente de cuidados primários (como um consultório). Durante a terapia, seu médico de cuidados primários pode discutir o uso de aspirina, verificar sua pressão arterial e dar dicas sobre dieta e exercícios.



Exames de doenças cardiovasculares

Os exames de doenças cardiovasculares verificam se há problemas no coração e nos vasos sanguíneos e descobrem se você corre o risco de doenças cardíacas. O Medicare cobre esses exames uma vez a cada 5 anos. Os exames incluem exames de sangue para níveis de colesterol, lipídios e triglicerídeos que ajudam a detectar condições que podem levar a um ataque cardíaco ou derrame.



Exames de câncer cervical e vaginal

O Medicare cobre testes de Papanicolau e exames pélvicos para verificar cânceres cervicais e vaginais. Como parte do exame pélvico, o Medicare também cobre um exame clínico das mamas para verificar se há câncer de mama. A maioria das mulheres com Medicare pode fazer esses testes e exames uma vez a cada 24 meses. Se você estiver em alto risco de câncer cervical ou vaginal, ou se estiver em idade fértil e tiver um teste de Papanicolau anormal nos últimos 36 meses, poderá fazer esses exames uma vez a cada 12 meses. O Medicare também cobre testes de Papilomavírus Humano (HPV) (como parte dos testes de Papanicolau) uma vez a cada 5 anos, se você tiver entre 30–65 anos e não tiver sintomas de HPV.



Exames de câncer colorretal

Os exames de câncer colorretal ajudam a encontrar pólipos pré-cancerosos (crescimentos no cólon) ou detectar câncer colorretal precocemente, quando o tratamento é mais eficaz. Se você tem 45 anos ou mais, ou está em alto risco de câncer colorretal, o Medicare cobre um ou mais destes exames:

- Colonoscopias
- Testes sanguíneos de biomarcadores
- Colonografia por tomografia computadorizada (TC)
- Exames de sangue oculto nas fezes
- Sigmoidoscopia flexível
- Testes de DNA multialvo de fezes

Com que frequência o Medicare paga por esses testes depende do teste e do seu nível de risco de câncer colorretal.



Aconselhamento para prevenir o uso do tabaco e doenças causadas pelo tabaco

O Medicare cobre aconselhamento para ajudar as pessoas a parar de fumar ou usar tabaco. Você pode obter até 8 sessões de aconselhamento em um período de 12 meses se usar tabaco.



Vacinas COVID-19

Essas vacinas ajudam a diminuir sua chance de adoecer com COVID-19, trabalhando com as defesas naturais do corpo para desenvolver com segurança imunidade (proteção) contra o vírus. O Medicare cobre vacinas COVID-19 aprovadas e autorizadas pela FDA para todas as pessoas com Medicare.



Exames de depressão

O Medicare cobre um exame de depressão a cada ano para todas as pessoas com Medicare. Durante o exame, seu médico ou outro profissional de saúde fará uma série de perguntas para descobrir se você tem depressão. Você deve fazer o exame em um ambiente de cuidados primários (como um consultório médico), onde possa obter tratamento de acompanhamento e/ou encaminhamentos para um profissional de saúde mental.

Se você ou alguém que você conhece está em crise ou passando por dificuldades, ligue ou envie uma mensagem de texto para 988, a Linha Vital contra Suicídio e Crise, gratuita e confidencial. Você pode ligar e falar com um conselheiro de crise treinado, 24 horas por dia, 7 dias por semana. Você também pode se conectar com um conselheiro pelo chat online em [988lifeline.org](https://www.988lifeline.org). Ligue para 911 se estiver em uma crise médica imediata.



Exames de diabetes

O Medicare cobre exames laboratoriais de glicose no sangue (açúcar) (jejum ou não) se o seu médico ou outro profissional de saúde determinar que você está em risco de desenvolver diabetes. Você é considerado em risco se tiver pressão alta, histórico de níveis anormais de colesterol e triglicerídeos, obesidade ou histórico de açúcar elevado no sangue.

Você também pode estar em risco se 2 ou mais destas condições se aplicarem a você:

- Você tem 65 anos ou mais
- Você está acima do peso
- Você tem histórico familiar de diabetes (pais ou irmãos)
- Você tem histórico de diabetes gestacional (diabetes durante a gravidez) ou parto de um bebê com peso superior a 9 libras



Treinamento de autogerenciamento de diabetes

Se você tiver um diagnóstico de diabetes, o Medicare cobre o treinamento ambulatorial de autogerenciamento de diabetes para ajudar a controlar sua doença. Seu programa pode incluir dicas sobre como ter uma alimentação saudável e ativa, monitorar a glicose no sangue (açúcar), tomar medicamentos prescritos e reduzir os riscos. Para obter esse treinamento, você deve ter um pedido por escrito do seu médico ou outro profissional de saúde.



Vacinas contra a gripe

As vacinas contra a gripe podem evitar que você adoça com os vírus da gripe sazonal (gripe) durante o outono e o inverno. Normalmente, o Medicare cobre essas vacinas uma vez a cada temporada de gripe.



Exames de glaucoma

Os exames de glaucoma verificam sem dor a saúde da visão e do nervo óptico para procurar sinais da doença ocular glaucoma. O Medicare cobre essa triagem uma vez a cada 12 meses se você estiver em alto risco de desenvolver glaucoma.



Vacinas contra Hepatite B

As vacinas contra Hepatite B ajudam a proteger contra o vírus da Hepatite B (HBV). O Medicare cobre essas injeções se você atender a pelo menos uma destas condições: você nunca recebeu uma série completa de vacinas contra Hepatite B, não conhece seu histórico de vacinação ou tem outra condição ou situação que coloque você em risco médio ou alto de Hepatite B.



Exames de infecção pelo vírus da Hepatite B (HBV)

Os exames de infecção por HBV ajudam a descobrir se você tem uma infecção por HBV. O Medicare cobre esses exames se um médico ou outro profissional de saúde solicitar um, e você estiver em alto risco de infecção por HBV ou estiver grávida. O Medicare cobre esse exame a cada ano se você estiver em risco alto e contínuo e não receber uma vacina contra Hepatite B. Se você estiver grávida, o Medicare cobre esse exame nos seguintes momentos, mesmo que você tenha recebido a vacina contra Hepatite B anteriormente ou tenha resultados negativos no exame de HBV: sua primeira consulta pré-natal e no momento do parto (se você tiver um fator de risco novo ou contínuo para infecção por HBV).



Exame do vírus da Hepatite C

Esses exames ajudam a descobrir se você tem uma infecção pelo vírus da Hepatite C. O Medicare cobre exames de Hepatite C se o seu médico de cuidados primários ou outro profissional de saúde solicitar um e você atender a condições específicas. O Medicare paga por um exame do vírus da Hepatite C:

- Anualmente, se você estiver em alto risco porque continuou a usar drogas injetáveis ilícitas desde o teste anterior negativo para Hepatite C.
- Uma vez, se você estiver em alto risco porque:
 - Fez uma transfusão de sangue antes de 1992.
 - Usou drogas injetáveis ilícitas no passado.
- Uma vez, se você nasceu entre 1945–1965 e não é considerado de alto risco.



Exames do Vírus da Imunodeficiência Humana (HIV)

Os exames de HIV verificam se você tem uma infecção por HIV. O Medicare cobre exames de HIV uma vez por ano se você tiver entre 15 e 65 anos, ou menos de 15 ou mais de 65 anos e estiver em maior risco de contrair o HIV. Se você estiver grávida, o Medicare cobre um exame até 3 vezes durante a gravidez.



Exames de câncer de pulmão

Os exames de câncer de pulmão verificam os primeiros sinais de câncer de pulmão em adultos que correm o risco de contrair a doença. O Medicare cobre esses exames com tomografia computadorizada de baixa dose (também conhecida como “exame CT”) uma vez por ano, se você atender a todas estas condições:

- Você tem entre 50–77 anos de idade.
- Você não tem sinais ou sintomas de câncer de pulmão (você é assintomático).
- Você tem um histórico de tabagismo de pelo menos 20 “anos-maços” (uma média de um maço (20 cigarros) por dia durante 20 anos).
- Você é um fumante atual, ou parou de fumar nos últimos 15 anos.
- Você recebe um pedido do seu médico ou outro profissional de saúde.



Mamografias

Mamografias verificam se há câncer de mama. Toda mulher está em risco, e esse risco aumenta com a idade. O Medicare cobre mamografias de rastreamento uma vez a cada 12 meses para mulheres com 40 anos ou mais. O Medicare cobre mamografias diagnósticas com mais frequência do que uma vez por ano, se clinicamente necessário. Se você é uma mulher entre 35–39 anos de idade, o Medicare também cobre uma mamografia de base em sua vida.



Serviços de terapia nutricional médica

O Medicare cobre serviços de terapia nutricional médica se você tiver diabetes ou doença renal, ou se tiver feito um transplante de rim nos últimos 36 meses. Um médico deve encaminhar você para os serviços. Os serviços que você recebe podem incluir:

- Uma avaliação inicial de nutrição e estilo de vida
- Serviços de terapia nutricional individual e/ou em grupo
- Ajuda a gerenciar os fatores de estilo de vida que afetam o seu diabetes
- Visitas de acompanhamento para verificar seu progresso



Programa de Prevenção contra Diabetes do Medicare

Se você tem pré-diabetes e atende a outros critérios, o Medicare cobre um programa de mudança de comportamento de saúde para ajudar a prevenir contra diabetes tipo 2. Você pode participar do Programa de Prevenção contra Diabetes do Medicare uma vez na vida. O programa começa com 16 sessões básicas semanais oferecidas em grupo durante um período de seis meses. Depois de concluir as sessões principais, você terá 6 sessões mensais de acompanhamento para ajudar a manter hábitos saudáveis.



Terapia comportamental da obesidade

A terapia comportamental da obesidade inclui um exame inicial de índice de massa corporal (IMC) e sessões de terapia comportamental que incluem uma avaliação dietética e aconselhamento para ajudar você a perder peso, focando em dieta e exercícios. O Medicare cobre exames de obesidade e aconselhamento comportamental se você tiver um IMC de 30 ou mais. Seu médico de cuidados primários ou outro profissional de cuidados primários deve dar o aconselhamento em um ambiente de cuidados primários (como um consultório médico), onde possam coordenar seu plano personalizado com seus outros cuidados.



Vacinas pneumocócicas

O Medicare cobre injeções pneumocócicas (ou vacinas) para ajudar a proteger contra diferentes cepas da bactéria que causa pneumonia. Converse com seu médico ou outro profissional de saúde para decidir quais imunizações são adequadas para você.



Profilaxia pré-exposição (PrEP) para prevenção do HIV

A PrEP usa medicamentos antirretrovirais para diminuir o risco de contrair o HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana). Se você não tem HIV, mas seu médico ou outro provedor determinar que você está em risco aumentado de HIV, o Medicare cobre medicamentos PrEP orais ou injetáveis aprovados pela FDA, serviços de aconselhamento, exames de HIV e um único exame do vírus da Hepatite B.



Visitas preventivas

Visita preventiva única “Bem-vindo ao Medicare” — o Medicare cobre esta visita nos primeiros 12 meses em que você tem a Parte B. Durante a visita, você e seu médico ou outro profissional de saúde conversarão sobre coisas como seu histórico médico e social relacionado à sua saúde, educação e aconselhamento sobre serviços preventivos (como exames e injeções ou vacinas), encaminhamentos para outros cuidados que você possa precisar e seus possíveis fatores de risco para transtorno por uso de substâncias. **A visita preventiva “Bem-vindo ao Medicare” não é um exame físico.**

Visita anual de “Bem-estar” — o Medicare cobre esta visita anual se você tiver a Parte B por mais de 12 meses. Você pode obter esta visita para desenvolver ou atualizar seu plano personalizado para ajudar a prevenir doenças e incapacidades, com base em sua saúde atual e fatores de risco. O Medicare cobre essa visita uma vez a cada 12 meses. **A visita anual de “Bem-estar” não é um exame físico.**



Exames de câncer de próstata

Esses exames verificam se há câncer de próstata. O Medicare cobre exames retais digitais e exames de sangue de antígeno prostático específico (PSA) uma vez a cada 12 meses para homens com mais de 50 anos (começando no dia seguinte ao seu 50º aniversário).



Exames e aconselhamento de infecções sexualmente transmissíveis

O Medicare cobre exames de infecções sexualmente transmissíveis para clamídia, gonorreia, sífilis e/ou Hepatite B se você estiver grávida ou com risco aumentado de infecção sexualmente transmissível. O Medicare cobre esses exames uma vez a cada 12 meses ou em determinados momentos durante a gravidez. O Medicare também cobre até 2 sessões de aconselhamento comportamental presencial a cada ano, se você for um adulto sexualmente ativo com risco aumentado para essas infecções. Seu médico deve solicitar a triagem ou encaminhar você para aconselhamento comportamental. O Medicare só cobrirá essas sessões com um prestador em um ambiente de cuidados primários (como o consultório de um médico). O Medicare não cobrirá o aconselhamento como um serviço preventivo em um ambiente de internação (como uma instalação de enfermagem especializada).

Para mais informações

Você pode saber mais sobre os serviços preventivos do Medicare visitando [Medicare.gov/coverage/preventive-screening-services](https://www.medicare.gov/coverage/preventive-screening-services). Você também pode ligar para 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227). Usuários de TTY podem ligar para 1-877-486-2048.

Você também pode fazer login (ou criar) sua conta segura do Medicare em [Medicare.gov](https://www.medicare.gov) onde você pode encontrar uma lista de serviços preventivos que você tem direito a receber no Medicare Original. Na sua conta, você também pode obter outras informações pessoais do Medicare, visualizar suas reivindicações do Medicare, imprimir uma cópia do seu cartão oficial do Medicare, pagar seus prêmios do Medicare se receber uma conta do Medicare e muito mais.

Comunicações acessíveis

O Medicare fornece ajudas e serviços auxiliares gratuitamente, incluindo informações em formatos acessíveis como braille, impressão em grande formato, arquivos de dados ou áudio, serviços de retransmissão e comunicações com TTY. Se você solicitar informações em um formato acessível, não terá prejuízo por nenhum tempo adicional necessário para fornecê-las. Isso significa que você terá tempo extra para realizar qualquer ação se houver um atraso no atendimento de sua solicitação.

Para solicitar informações do Medicare ou do Marketplace em um formato acessível, você pode:

1. Ligar:

Para o Medicare: 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227)

TTY: 1-877-486-2048

Para o Marketplace: 1-800-318-2596

TTY: 1-855-889-4325

2. Enviar um e-mail: altformatrequest@cms.hhs.gov

3. Enviar um fax: 1-844-530-3676

4. Enviar uma carta:

Centers for Medicare & Medicaid Services

Offices of Hearings and Inquiries (OHI)

7500 Security Boulevard, Mail Stop DO-01-20

Baltimore, MD 21244-1850

Attn: Customer Accessibility Resource Staff (CARS)

Sua solicitação deve incluir seu nome, número de telefone, tipo de informação necessária (se conhecida) e o endereço de correspondência para onde devemos enviar os materiais. Podemos entrar em contato com você para obter informações adicionais.

Nota: Se você estiver inscrito em um plano Medicare Advantage ou plano de medicamentos do Medicare, entre em contato com seu plano para solicitar suas informações em um formato acessível. Para o Medicaid, entre em contato com o escritório estadual ou local do Medicaid.

Aviso de não discriminação

Os Centros de Serviços Medicare e Medicaid (CMS) não excluem, negam benefícios ou discriminam qualquer pessoa com base em raça, cor, nacionalidade, deficiência, sexo ou idade na admissão, participação ou recebimento dos serviços e benefícios em qualquer um de seus programas e atividades, sejam realizados pelo CMS diretamente ou por meio de um contratado ou qualquer outra entidade com a qual o CMS organize a realização de seus programas e atividades.

Caso tenha alguma dúvida sobre como obter informações em um formato que possa usar, você pode entrar em contato com o CMS usando qualquer uma das maneiras incluídas neste aviso.

Você também pode registrar uma reclamação se achar que sofreu discriminação em um programa ou atividade do CMS, incluindo problemas para obter informações em um formato acessível de qualquer Plano Medicare Advantage, plano de medicamentos do Medicare, escritório estadual ou local do Medicaid ou Planos de Saúde Qualificados do Marketplace. Existem 3 maneiras de registrar uma reclamação no Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos EUA, por meio do Escritório de Direitos Civis:

1. Online:

hhs.gov/civil-rights/filing-a-complaint/complaint-process/index.html

2. Por telefone:

Ligue para 1-800-368-1019.

Usuários de TTY podem ligar para 1-800-537-7697.

3. Por escrito: Envie informações sobre sua reclamação para:

Office for Civil Rights

U.S. Department of Health & Human Services

200 Independence Avenue, SW

Room 509F, HHH Building

Washington, D.C. 20201

**U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Medicare & Medicaid Services**

7500 Security Blvd.
Baltimore, MD 21244-1850

Assuntos oficiais
Penalidade por uso privado, \$300



Medicare

As informações neste livreto descrevem o Programa Medicare no momento em que o livreto foi impresso. Podem ocorrer alterações após a impressão. Visite **Medicare.gov**, ou ligue para 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) para obter as informações mais atualizadas. Usuários de TTY podem ligar para 1-877-486-2048.

“Mantendo-se saudável” não é um documento legal. A orientação jurídica oficial do Programa Medicare está contida nos estatutos, regulamentos e decisões relevantes.

This product was produced at U.S. taxpayer expense.