



CHECKLIST MEDBRA

# Adoei nos EUA e não tenho seguro. E agora?

O que fazer, nesta ordem — sem pânico e  
sem pagar fatura cheia.

# Isto aqui é 911? (10 segundos)

**Ligue 911 agora, sem pensar em dinheiro, se tiver:**

- dor no peito, ou dor que sobe pro braço e pro queixo
- falta de ar que apareceu de repente
- fraqueza de um lado do corpo, boca torta, fala embolada
- desmaio, convulsão, confusão mental
- sangramento que não para
- reação alérgica com inchaço no rosto, na língua ou na garganta
- pensamento de se machucar *(ou ligue/mande mensagem para 988)*

Nenhuma conta é pior que chegar tarde. Ambulância e pronto-socorro atendem **sem seguro e sem status migratório** — isso é lei federal (EMTALA), vale pra você.

**Se você marcou algum item acima, pare de ler e ligue.** O resto desta lista é para quando não é isso.

# Que tipo de problema é o seu?

A pergunta certa não é "onde é mais barato". É "**o que eu tenho resolve onde?**" — porque ir no lugar errado é o que sai caro.

## Resolve numa conversa com médico

Gripe, garganta, sinusite, infecção urinária, alergia, problema de pele, dor de cabeça recorrente, renovar acompanhamento de pressão ou diabetes, tirar dúvida de exame, saber se precisa ir ao pronto-socorro.

## Precisa de alguém te examinando ou de aparelho

Suspeita de fratura, corte que precisa de ponto, dor de barriga forte que não passa, falta de ar que já vem de dias, febre alta que não cede com nada.

## Pronto-socorro (ER)

Qualquer coisa do Passo 0, e tudo que você acha que pode virar aquilo.

# Antes de aceitar qualquer atendimento, pergunte o preço

Nos EUA você tem direito de perguntar, e ninguém estranha. Quem não pergunta paga a fatura cheia.

## "What's your self-pay price?"

O valor à vista, sem seguro. Costuma ser bem menor que o valor de tabela.

## "Do you offer financial assistance?"

Quase todo hospital tem programa de desconto ou perdão de dívida. É preciso pedir; ninguém oferece.

## "Is this included, or is it billed separately?"

Antes de aceitar exame, raio-x ou coleta de sangue. A conta separada é a que surpreende.

## "Can I get an itemized bill?"

Peça sempre a conta item por item. Sem ela você não consegue contestar erro nenhum — e erro de cobrança é comum.

# Anote enquanto está fresco

Você vai precisar disso depois, e não vai lembrar.

- ☐ Data, nome do lugar e nome de quem te atendeu
- ☐ O que disseram que você tem, escrito (**peça: "Can you write it down?"**)
- ☐ Nome exato dos remédios receitados, com a dose
- ☐ Se pediram exame: qual, e como você recebe o resultado
- ☐ Guarde **todo** papel e todo e-mail. Tire foto de tudo.



# Na farmácia, pergunte três coisas

## 1 "Is there a generic?"

O genérico pode custar uma fração do mesmo remédio.

## 2 "How much is it without insurance?"

E peça para checarem o **GoodRx**. Muda o preço de verdade, no balcão.

## 3 "Can I talk to the pharmacist?"

O farmacêutico tira dúvida de graça: pode tomar junto com o que você já toma, o que fazer se der efeito colateral.

**⚠ Receita brasileira não vale na farmácia americana.** Se o seu remédio é de lá, o caminho aqui é outro — e é melhor descobrir isso antes de precisar dele.

# Chegou uma conta que você não consegue pagar

Não jogue no fundo da gaveta. Conta médica ignorada vira cobrança; conta negociada quase sempre encolhe.

- ☐ **Ligue e peça o desconto de quem paga do próprio bolso.** Muitos hospitais dão de 30% a 50% só por ligar.
- ☐ **Peça o programa de assistência financeira** (financial assistance / charity care). Hospital sem fins lucrativos é obrigado a ter.
- ☐ **Confira a conta item por item.** Procedimento cobrado duas vezes, ou que você nunca fez, acontece muito.
- ☐ **Peça parcelamento sem juros** (payment plan). É comum e costuma ser aceito.
- ☐ **Nunca pague no cartão de crédito antes de negociar.** Pagou, perdeu a margem de negociação.

# Os cinco erros que mais custam caro

1

## Adiar.

Garganta de três dias custa uma consulta. Garganta de três semanas pode custar um pronto-socorro.

2

## Se automedicar

com remédio que veio do Brasil, ou com o que sobrou do remédio de alguém.

3

## Aceitar exame sem perguntar se está incluído.

4

## Não pedir a conta detalhada.

5

## Não contar tudo por vergonha do inglês.

Informação que falta vira diagnóstico errado — e é por isso que falar com médico na sua língua não é conforto, é segurança.



# Aquele primeiro item do Passo 1 é o que a MedBra faz.

O "resolve numa conversa com médico":  
consulta com médico em português, pelo celular, em uns 30 minutos. **\$39, sem seguro, sem cadastro de plano.**

Serve inclusive para a pergunta que mais aparece por aqui: *"isso que eu tenho precisa de pronto-socorro ou dá pra resolver de outro jeito?"*

**Chamar no WhatsApp e contar o que está acontecendo**

[wa.me/5548991957557](https://wa.me/5548991957557) · [medbra.tech](https://medbra.tech)

---

MedBra · Saúde em português para brasileiros nos EUA · [medbra.tech](https://medbra.tech)

Atendimento não-emergencial. Em emergência, ligue 911.

Este material é informativo e não substitui avaliação médica. Diagnóstico e tratamento são sempre decisão do médico, na consulta. Não garantimos emissão de receita — isso depende da avaliação médica.