



GUIA DE BOLSO MEDBRA

Como dizer o que você sente — **em** **inglês**

No balcão da farmácia, no urgent care e no telefone. Salva no celular: na hora do aperto você não vai ter paciência de procurar.

Se for dor no peito, falta de ar, desmaio, sangramento que não para, fraqueza de um lado do corpo ou boca torta — ligue 911 agora.

Não procure palavra em lista nenhuma. No 911 você pode dizer só "**I need help. Portuguese, please.**" e eles acionam um intérprete.

As 6 frases que resolvem quase tudo

Se você só conseguir decorar seis, decore estas.

Preciso falar com um médico

I need to see a doctor.

Não tenho seguro de saúde

I don't have insurance.

Quanto vai custar antes de vocês começarem?

How much will this cost before you start?

Qual o preço à vista, sem seguro?

What's your self-pay price?

Você tem alguém que fale português?

Do you have anyone who speaks Portuguese?

Não entendi. Pode escrever pra mim?

I didn't understand. Can you write it down?

A última é a mais subestimada. Ninguém se ofende com ela, e você sai da recepção **com o papel na mão** em vez de com a dúvida na cabeça.

Estas cinco significam outra coisa em inglês

Aqui é onde brasileiro se enrola, e o enroscado muda o atendimento.

"Estou constipado."

Em português é nariz entupido. Em inglês, **constipated é intestino preso**. Você fala de resfriado e o médico vai investigar o seu intestino.

→ Nariz entupido: **stuffy nose** · **congested**

"Estou intoxicado."

Em inglês, **intoxicated quer dizer bêbado**. Vai parar na sua ficha assim.

→ Comi algo estragado: **I think I have food poisoning**.

"Tomei um remédio de tarja preta."

Não existe tarja preta aqui. O termo é **controlled medication** — e nos EUA isso muda todo o caminho da receita.

"Fui no ambulatório."

Ambulatory aqui é outra coisa (relacionado a andar).
Consulta marcada de rotina é **outpatient visit** ou só **clinic**.

"Preciso fazer exames."

Não use *exam* sozinho — soa como prova de escola. Sangue e urina são **lab work** ou **bloodwork**. Imagem é **imaging** (raio-x = **X-ray**).

Falando o sintoma · Dor

Estou com dor: **I have pain.** · Dói aqui: **It hurts here.** (aponte — apontar vale mais que vocabulário)

Dor de cabeça **headache** · garganta **sore throat** · barriga **stomach ache** · dente **toothache** · costas **back pain** · peito **chest pain (esta é 911)**

Tipo de dor: aguda/pontada **sharp** · surda **dull** · queimação **burning** · latejante **throbbing** · cólica **cramping**

Eles vão perguntar: "**On a scale of one to ten, how bad is the pain?**" — de 1 a 10. Responda o número, é assim que a fila funciona.

Febre, gripe, garganta

Estou com febre: **I have a fever.** (medida em Fahrenheit: 100.4°F ≈ 38°C)

Tosse **cough** · catarro **phlegm** · espirro **sneezing** · calafrio **chills** · corpo doendo **body aches** · Dói pra engolir: **It hurts to swallow.**

Barriga

Enjoo **nausea** · vomitando **throwing up** · diarreia **diarrhea** · azia **heartburn** · inchado **bloated**

Urinário

Arde quando eu faço xixi: **It burns when I pee.** (pode falar *pee* mesmo, é o normal) · Tô indo ao banheiro toda hora: **I'm going to the bathroom all the time.**

Pele

Mancha **rash** · coceira **itchy** · inchaço **swelling** · bolha **blister** · caroço **lump**

Alergia e respiração

Sou alérgico a: **I'm allergic to...** (esta frase salva vida — diga antes de aceitar qualquer remédio)

Falta de ar: **shortness of breath (911 se for súbita)** · Chiado no peito: **wheezing**

Como contar

Começou ontem: **It started yesterday.** · Faz três dias: **It's been three days.** · Está piorando: **It's getting worse.** · Já tive isso antes: **I've had this before.**

Estou grávida: **I'm pregnant.** (diga logo, muda o remédio) ·

Tomo remédio pra pressão: **I take blood pressure medication.**

As perguntas que **você** faz (e quase ninguém faz)

Nos EUA, perguntar preço antes não é falta de educação — é o que todo mundo faz.

What's the self-pay price? — o valor à vista, sem seguro.

Costuma ser bem menor que o da fatura.

Can I get an itemized bill? — a conta item por item. Sem ela você não consegue contestar nada.

Do you offer financial assistance? — praticamente todo hospital tem, e quase ninguém pergunta.

Is this covered in what I already paid? — antes de aceitar exame extra.

Can you send the prescription to this pharmacy? — e diga o nome da farmácia perto de casa.

O básico do balcão

Balconista de remédio é **pharmacist** (essa pessoa responde dúvida de graça, use)

Sem receita: **over the counter** · com receita: **prescription** ·

Genérico: **generic** — sempre pergunte "**Is there a generic?**"

Analgésico comum: **pain reliever** · para febre: **fever reducer** ·
antialérgico: **antihistamine**

"**How much is it without insurance?**" — e peça pra checar o **GoodRx** no balcão. Muda o preço de verdade.

⚠ Receita brasileira não vale no balcão daqui. A farmácia americana não aceita. Se você precisa comprar o remédio nos EUA, o caminho é outro — vale saber disso antes de sair de casa com a receita na mão.

Tire um print. Na hora do aperto, você não vai querer procurar.

E se a ideia de explicar tudo isso em inglês, às onze da noite, com febre, já te cansou só de ler: **a MedBra existe pra isso**. Consulta com médico em português, pelo celular — \$39, sem seguro.

Falar com a MedBra no WhatsApp

wa.me/5548991957557 · medbra.tech