

Relatório semanal da equipa de Saúde Pública baseado nos casos de Covid-19 6 de janeiro de 2021

Covid-19: Tem que ficar em casa

O governo anunciou que a Inglaterra está agora em confinamento.

As novas restrições são mais duras do que o confinamento em novembro e deixam claro que todos nós temos que ficar em casa. Esta é a ação mais importante que todos nós podemos tomar para proteger o Serviço Nacional de Saúde (National Health Service, NHS) e salvar vidas.

Não deverá sair de casa, exceto quando seja necessário. Isso inclui comprar o essencial, fazer exercício uma vez por dia, procurar assistência médica, fugir de maus tratos domésticos, ou trabalhar, se não puder trabalhar a partir de casa.

Encontram-se disponíveis mais dados em www.gov.uk/coronavirus

Em Brighton & Hove

Nos 7 dias até ao dia 31 de dezembro tivemos 1768 novos casos em Brighton & Hove.

Isto é:

- equivalente a uma taxa semanal de novos casos de 608 em 100.000 residentes;
- um aumento de 91% comparado com a semana anterior (318 casos em 100.000);
- superior à taxa da Inglaterra (547 em 100.000) e ligeiramente inferior à do Sudeste (651 em 100.000).

Os números de casos confirmados de Covid-19 aumentaram em todos os grupos etários da cidade.

O que é que isto significa para a cidade?

A Covid-19 está a espalhar-se rapidamente em Brighton & Hove. O número semanal de testes positivos é agora mais de 10 vezes maior do que no final de novembro. Todos os grupos etários em todas as partes da nossa cidade estão afetados.

Os últimos números mostram que cerca de 1 em cada 45 pessoas no Sudeste têm o vírus.

Infelizmente há mais pessoas que estão a ficar muito doentes, as admissões hospitalares estão a aumentar rapidamente e irão falecer mais pessoas da localidade por causa do vírus.

Para salvar vidas é absolutamente vital que quebrems a cadeia de transmissão.

Todos nós temos que seguir as regras do confinamento e ficar em casa. Se estiver fora de casa, deverá adotar as medidas necessárias para evitar a propagação do vírus. Pense em “mãos-cara-espço”.

O lançamento da segunda vacina da Covid esta semana é uma boa notícia, mas é preciso ser paciente. O NHS está a trabalhar primeiro com uma lista prioritária dos que correm maior risco e dos que trabalham mais perto deles. Não contacte o NHS para obter uma vacina. Irá ser contactado quando for a sua vez.

Obtenha ajuda se necessitar

Se necessitar de mais apoio, pode contactar o nosso centro comunitário para ajuda de emergência com alimentos, contas de energia e outros bens essenciais.

Entre em www.brighton-hove.gov.uk/coronavirus-help ou ligue para o 01273 293 117 (opção 2). Estão disponíveis intérpretes por telefone.

Marque um exame ao primeiro sinal de sintomas

Não saia de casa se tiver algum dos seguintes sintomas, mesmo se forem muito leves, ou se alguém com quem vive tiver:

- febre alta
- uma tosse nova e contínua
- uma perda ou mudança do olfato ou paladar

Marque um exame em <http://www.nhs.uk/coronavirus> ou ligue para o 119.

O que pode e não pode fazer durante o confinamento nacional

Não deverá sair de casa, a menos que seja necessário.

Só pode sair de casa para:

- comprar artigos de primeira necessidade, para si ou para uma pessoa vulnerável;
- ir trabalhar, ou prestar serviços voluntários ou de caridade, se não o puder fazer razoavelmente a partir de casa;
- fazer exercício ao ar livre uma vez por dia com o seu agregado familiar ou grupo de apoio (*support bubble*), ou com uma outra pessoa (com distanciamento social);
- encontrar-se com o seu grupo de apoio ou de cuidados de menores (*childcare bubble*);
- procurar assistência médica ou evitar lesões, doenças ou riscos de danos (incluindo maus tratos domésticos)
- comparecer num centro de ensino ou de cuidados de menores, se for elegível.

Se estiver em alto risco de coronavírus (extremamente vulnerável clinicamente), só deverá sair para as consultas médicas, exercício físico ou se for essencial. Irá receber uma carta com mais detalhes sobre o que isto significa.

As crianças podem deslocar-se entre domicílios se os pais estiverem separados.

Os locais de trabalho irão permanecer abertos se as pessoas não puderem trabalhar a partir de casa - incluindo construção e áreas de produção.

Faculdades, escolas primárias e secundárias irão permanecer abertas apenas para crianças vulneráveis e para os filhos de trabalhadores essenciais. Todas as outras crianças irão estudar à distância até ao período de fevereiro.

Os centros educativos pré-escolares podem permanecer abertos, mas os infantários que são geridos pelos conselhos irão permanecer fechados para todas as crianças, exceto para crianças vulneráveis e filhos de trabalhadores essenciais.

O ensino superior irá continuar por internet para todos até meados de fevereiro, exceto cursos para futuros trabalhadores essenciais.

Se sair de casa por um motivo autorizado, deverá permanecer sempre na sua área de residência, na parte da cidade onde vive. Só poderá sair da sua zona por um motivo legalmente autorizado, como por exemplo para trabalhar.

Só deverá passar tempo com quem é do seu agregado familiar ou grupo de apoio, mas pode fazer exercício ao ar livre uma vez por dia com alguém de fora do seu agregado familiar ou grupo de apoio, com distanciamento social.

Deverá permanecer a 2 metros de distância de qualquer pessoa que não pertença ao seu agregado familiar.