

Relatório semanal da equipa de Saúde Pública com base nos casos de Covid-19

29 de abril de 2021

Nos sete dias até ao dia 23 de abril (com base nos dados publicados no dia 29 de abril) tivemos 49 novos casos de Covid-19 confirmados em Brighton & Hove. Isto é:

- um aumento de 26% comparando com a semana anterior
- equivalente a uma taxa semanal de 16,8 por 100.000 residentes
- inferior à taxa do Sudeste, que foi de 19 por 100.000
- inferior à taxa de Inglaterra, que foi de 24,8 por 100.000

O que é que isto significa para Brighton & Hove?

Esta semana o número de casos confirmados de Covid-19 em Brighton & Hove continua baixo, mas aumentou ligeiramente.

Os dados publicados até 23 de Abril não mostram casos registados de indivíduos com mais de 60 anos. Este é um êxito que não devemos subestimar. Embora a maioria já tenha agora recebido pelo menos a primeira dose da vacina, isto também se deve aos esforços constantes para cumprir as restrições.

Escolas e colégios

Embora as taxas em todas as outras idades continuem baixas, temos visto diversos casos em crianças e jovens em idade escolar. Com as escolas e colégios abertos, qualquer necessidade de auto-isolamento significa perder educação presencial.

Apenas alguns casos podem ter um grande impacto na aprendizagem. Quando estiver em contacto com outras pessoas fora das escolas, mantenha-se a salvo e siga as regras sobre o tamanho dos grupos e dos encontros ao ar livre.

Mantenha hábitos para evitar a propagação da Covid

É crucial que todos mantenhamos os bons hábitos em relação a "mãos, cara, espaço e ar fresco", como também vacinações, testes e isolamento. Eu sei que digo isto todas as semanas, mas não nos podemos esquecer porque é que ainda precisamos de fazer isso.

A Covid ainda existe, continua a ser perigosa e precisamos de fazer tudo o que pudermos para evitar a sua propagação. Estas são as mesmas ações simples que devemos recordar e repetir.

Transportar máscaras, criar espaço e usar um antisséptico deve agora ser como pegar no telefone e nas chaves ao sair de casa.

Vacinações

As vacinações estão rapidamente a descer pelos grupos etários. Qualquer pessoa com 42 anos ou mais é agora elegível. Se estiver perto dessa idade, fique atento e marque uma consulta assim que for possível. As vacinações continuam também a ser oferecidas às pessoas com problemas de saúde subjacentes, aos prestadores de cuidados não remunerados e aos profissionais de saúde e de assistência.

Para aqueles que são elegíveis mas precisam de apoio para receberem a sua vacinação, agora há:

- sessões mais pequenas e sossegadas que podem ser marcadas
- companheiros disponíveis para ir consigo
- instalações móveis todas as semanas por toda a cidade
- transporte gratuito para ir à sua consulta

E pode também ajudar os seus próprios amigos e familiares a vacinarem-se. Fale com eles sobre como conseguir isso e sobre quaisquer questões que eles possam ter. Muitas das respostas podem ser encontradas na página de internet do

[Programa de Vacinação da Covid-19 de Sussex](#)

Testes

Os testes regulares para indivíduos sem sintomas são agora mais fáceis que nunca. Pode [encomendar testes por internet](#), ir buscá-los a quase todas as armácias da cidade, ou [marcar um teste perto de si](#).

Os testes rápidos são a melhor forma para encontrarmos os casos em que não existem sintomas e isolá-los rapidamente para impedir a propagação a amigos, familiares e colegas de trabalho ou de turma.

E para quem tem sintomas, não faça um teste rápido. Deverá [marcar um teste PCR](#)

Existe muita capacidade para fazer testes na cidade, como tal os resultados são entregues depressa.

Sei que não é fácil para todos os que têm um resultado positivo, ou são um contacto, auto-isolarem-se, mas é crucial que qualquer pessoa que tenha que ficar em casa, que o faça durante 10 dias inteiros.

Pode [pedir ajuda para si ou para outra pessoa](#) se tiver dificuldade para auto-isolar-se.