

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

**17 de junho de 2021**

Nos sete dias até ao dia 10 de junho (com base nos dados publicados no dia 15 de junho) tivemos 213 novos casos de Covid-19 confirmados em Brighton & Hove, enquanto que a semana anterior tinha tido 82 casos. Isto é:

- um aumento de 160% comparando com a semana anterior;
- equivalente a uma taxa semanal de 73,2 por 100.000 residentes;
- superior à taxa do Sudeste, que foi de 41,2 por 100.000;
- superior à taxa de Inglaterra, que foi de 72,7 por 100.000.

### **O que é que isto significa para Brighton & Hove?**

Após de subir e descer durante o mês passado, esta semana houve na nossa cidade um aumento súbito e acentuado do número de casos confirmados de Covid-19.

A maior parte dos casos registados esta semana, mais de 50%, são de jovens entre os 15 e os 25 anos de idade que ainda não foram vacinados.

Embora as taxas de casos estejam a aumentar em todo o país devido à nova variante Delta e ao relaxamento das restrições de confinamento, o nosso aumento local ultrapassa a tendência nacional.

As taxas entre a faixa etária mais vulnerável das pessoas com mais de 60 anos continuam baixas. No entanto, temos que fazer tudo o que for possível para manter os casos baixos em todas as idades, incluindo os jovens, a fim de impedir a propagação do vírus aos residentes mais vulneráveis.

### **Cuidado: Pare a Covid**

Agora que a variante Delta, que é mais contagiosa, está entre nós, os testes regulares para indivíduos sem sintomas, as vacinas e as diretrizes da Covid nunca foram tão importantes.

Os testes de fluxo lateral para indivíduos sem sintomas identificaram muitos dos recentes casos na localidade. A deteção precoce significa que as pessoas com Covid e os seus contactos têm podido autoisolar-se para desacelerar o vírus.

O curso completo das vacinas disponíveis oferece uma excelente proteção contra a Covid, incluindo a variante Delta. Esta semana foram publicados novos estudos que indicam que as duas doses são altamente eficazes contra a hospitalização.

Sabemos que muita transmissão ocorre quando as pessoas estão a socializar, com frequência perto umas das outras em ambientes fechados.

O vírus da Covid espalha-se em partículas na nossa respiração quando falamos, tossimos e rimos. [O artigo explica como](#). Quando as pessoas estão perto umas das outras, existe o risco de apanhar a doença ao respirar essas partículas. É por isso que é tão importante recordar as diretrizes "mãos, rosto, espaço, ar fresco" quando se está com outras pessoas, tanto ao ar livre como em ambientes fechados.

### **Não permita que a Covid estrague novamente o nosso momento de alegria**

- Faça testes de fluxo lateral (*Lateral Flow Device*, LFD) para indivíduos sem sintomas, em casa ou no trabalho, duas vezes por semana e comunique os resultados, tanto negativos como positivos;
- Ao primeiro sinal de Covid-19 ou um teste LFD positivo, deverá autoisolar-se imediatamente e marcar um teste de reação em cadeia da polimerase (*Polymerase Chain Reaction*, PCR);
- Mantenha uma distância de segurança das pessoas que não fazem parte do seu agregado familiar ou bolha, tanto ao ar livre como em ambientes fechados;
- Use coberturas faciais quando estiver fora de casa, se possível e certifique-se de que cobrem devidamente tanto o nariz como a boca;
- Lave regularmente as mãos ou use gel para as mãos;
- Permita a circulação de ar fresco através da abertura de portas e janelas. Estar ao ar livre é mais seguro do que estar em ambientes fechados;
- Marque a consulta para a sua primeira vacina assim que puder;
- Tome ambas as doses da vacina. A primeira vacina oferece uma boa proteção, mas ambas as doses são necessárias para que as vacinas sejam totalmente eficazes;
- Continue a seguir todas as diretrizes de segurança da Covid depois de ter sido vacinado(a).