

22 de julio de 2021

En los siete días anteriores al 7 de julio (según los datos publicados el 21 de julio) tenemos confirmación de 1.584 casos nuevos de COVID-19 en Brighton & Hove, frente a los 1.270 casos de la semana anterior.

Lo que supone:

- Un aumento del 23 % respecto a la semana anterior
- equivalente a una tasa semanal de 544,5 por cada 100.000 residentes, de 436,6 por 100.000 de la semana anterior
- una tasa más alta que la de la región del Sudeste, que se sitúa en 405 por 100.000
- una tasa mayor que la de Inglaterra, que se sitúa en 510,9 por 100.000

Qué significa esto para Brighton & Hove

El número de casos confirmados de COVID-19 en nuestra ciudad continúa aumentando y las cifras son ahora similares a las registradas en enero de este año.

Al igual que en las últimas semanas, la infección se está propagando rápidamente entre las personas más jóvenes que aún no han recibido una o ambas dosis de la vacuna. Pero ahora nos preocupa que las tasas de infección aumenten en todos los grupos de edad, en particular los de 30 a 39 años, así como en el grupo de más de 60 años que es más vulnerable.

Este aumento de la propagación de la COVID-19 en la ciudad está dando lugar a un aumento de los ingresos hospitalarios de pacientes que necesitan tratamiento contra la enfermedad, incluidos los cuidados intensivos.

Las personas hospitalizadas padecen predominantemente otras enfermedades subyacentes y pertenecen a diversos grupos de edad, no solo son mayores. A nivel nacional, el 60 % de los ingresos hospitalarios por COVID-19 no están vacunados.

Solo el 52 % de las personas mayores de 18 años en Brighton & Hove ha recibido ambas dosis de la vacuna contra la COVID-19. Todavía hay

muchas personas desprotegidas que podrían estar muy enfermas si se contagian.

Se espera que continúe un nuevo aumento en la propagación de la infección ahora que han finalizado las restricciones contra la COVID-19, tanto aquí en Brighton & Hove como en el resto del país.

Control de la COVID-19 tras el «día de la libertad»

Ya no es obligatorio usar mascarillas o barbijos y ni tampoco mantener la distancia física en lugares públicos pero, como muestran los datos, el virus de la COVID-19 sigue presente y se está propagando.

Las directrices del gobierno recomiendan llevar una mascarilla o barbijo cuando entre en contacto con personas con las que normalmente no socializa en espacios cerrados y llenos de gente.

Muchas tiendas, restaurantes, bares y lugares de trabajo de nuestra ciudad piden al personal y a la clientela que siga usando mascarillas y barbijos y que mantengan la distancia física. Esta es también nuestra recomendación.

Las demás medidas de seguridad sobre higiene de manos y buena ventilación siguen siendo muy importantes, no solo para controlar la propagación del coronavirus, sino también para evitar otras enfermedades infecciosas que se propagan por un contacto cercano.

Animamos a todas las personas a equilibrar su libertad personal con la responsabilidad social para controlar el virus y protegernos mutuamente.

1. Mantenga los buenos hábitos básicos de higiene para prevenir infecciones

Ahora que llega el verano, será fácil socializar en exteriores y abrir ventanas para mantener los espacios interiores bien ventilados.

Por favor, le rogamos que siga haciendo lo siguiente:

- use una mascarilla o barbijo cuando se encuentre en lugares concurridos y llenos de gente.

- trate de mantener una distancia de 2 metros de cualquier persona que no esté en su hogar o burbuja de apoyo, o manténgase a un metro de distancia con precauciones adicionales, como usar una mascarilla o barbijo
- lávese las manos regularmente y use un gel desinfectante de manos

2. Vacunarse: dos dosis ofrecen la máxima protección

Recomendamos encarecidamente a todas las personas a que se vacunen contra la COVID-19 para protegerse a sí mismas y quienes las rodean. No hay suficientes personas en Brighton & Hove que hayan recibido ambas dosis de la vacuna contra la COVID-19 para evitar su propagación.

La pauta completa de dos dosis de las vacunas Pfizer y AstraZeneca reduce el riesgo de ingreso hospitalario por la COVID-19 en más del 93 %.

Aún es posible contraer la COVID-19 después de recibir una o dos dosis de la vacuna, pero se ha demostrado que la pauta completa reduce ese riesgo hasta en un 80 %.

Ahora es más fácil que nunca vacunarse en Brighton & Hove. Existen sesiones de vacunación sin cita previa en el Brighton Centre de 8:30 de la mañana a 7 de la tarde todos los días. También puede [pedir cita previa para vacunarse](#) en línea o llamando al 119.

Hay más clínicas de vacunación sin cita previa y clínicas ambulantes disponibles en toda la ciudad, incluyendo Hove Lawns todos los sábados y domingos de 10:30 de la mañana a 2:30 de la tarde.

Publicamos los [detalles de estas clínicas sin cita previa](#). La [lista más actualizada de todos los lugares de vacunación sin cita previa de la zona](#) está disponible en el sitio web de Sussex Health and Care Partnership.

3. Incorpore las pruebas contra la COVID en su rutina

Una de cada tres personas que se infecta de COVID-19 no presenta síntomas y propaga el virus sin saberlo.

Los casos aumentan más rápidamente entre los adultos jóvenes. Por eso, les pedimos a las personas de 18 a 29 años que se hagan una prueba PCR

de asintomáticos en uno de nuestros dos nuevos **centros de pruebas de PCR de asintomáticos para personas de 18 a 29 años** en:

- Peace Statue (estatua del ángel de la paz), paseo marítimo de Hove: abierto todos los días, del mediodía a las 7h de la tarde.
- Jubilee Square, junto a la biblioteca: abierto de lunes a sábado, de 10h a 5h y domingos de 11h a 5h

Puede conseguir **pruebas de asintomáticos gratuitas (LFD test)** en la mayoría de farmacias y otros lugares de la ciudad, incluida la Jubilee Library.

También puede [pedir kits de pruebas para hacerse en casa](#) que le entregarán en su domicilio, o puede pedirlos llamando al 119.

No se arriesgue. Hágase una prueba de asintomáticos en casa dos veces por semana, incluso cuando se sienta bien. Es la única forma de mantener a sus amigos, familiares y colegas a salvo.

4. Quédesse en casa cuando sea necesario: ayuda disponible

Cada vez más personas están entrando en contacto con alguien que se ha infectado a medida que el virus se propaga por nuestra ciudad.

Si el servicio de rastreo *NHS Test and Trace* le notifica que ha estado en contacto con alguien que ha dado positivo, debe aislarse durante el tiempo que le indiquen.

Si tiene la temperatura alta, tiene tos nueva o continua o cambia el sentido del gusto u olfato, debe [hacerse una prueba del coronavirus](#) y aislarse inmediatamente.

Hacer cuarentena es necesario para proteger a las personas que le importan y detener la propagación de la enfermedad.

Puede [solicitar ayuda financiera si pierde sueldo por tener que confinarse](#).

El [apoyo práctico o de bienestar de nuestro centro comunitario también está disponible](#) para ayudar con las tareas domésticas cotidianas y ayudarle con su estado de ánimo.

