

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

9 de setembro de 2021

Nos sete dias anteriores ao dia 3 de setembro (com base nos dados publicados no dia 8 de setembro) tivemos 876 novos casos de Covid-19 confirmados em Brighton e Hove. Isso é:

- uma redução de 4% comparando com os sete dias anteriores;
- equivalente a uma taxa semanal de 300,3 por 100 000 residentes;
- inferior à taxa do Sudeste, que foi de 307,6 por 100 000;
- inferior à taxa de Inglaterra, que foi de 324,9 por 100 000.

O que é que isto significa para Brighton e Hove?

Os casos confirmados de Covid-19 na cidade caíram ligeiramente desde a semana passada e a nossa taxa continua a ser inferior à da Inglaterra e à do Sudeste. No entanto, o número de casos permanece elevado, não só em Brighton e Hove, mas em todo o país.

O regresso ao trabalho e à educação em setembro poderá levar a mais casos nas próximas semanas.

É uma constipação ou é Covid? Não o arrisque, faça o teste.

Esteja atento(a) aos sintomas de Covid-19 e tome medidas rápidas se suspeitar que você, o seu filho ou alguém de quem cuida, possa estar infetado.

Os principais sintomas a ter em atenção são:

- temperatura ou febre alta, mesmo que muito leve;
- perda ou alteração do seu paladar ou olfato;
- uma tosse nova ou contínua.

Estes sintomas podem por vezes ser acompanhados por uma dor de garganta, dor de cabeça persistente ou corrimento nasal e podem ser confundidos com uma constipação.

Se tiver sido vacinado(a), ainda há uma pequena hipótese de apanhar Covid-19, mas os sintomas serão menos graves e é muito menos provável que resulte em cuidados hospitalares.

É por isso que é tão importante estar completamente vacinado(a) para que você e as pessoas que estima não fiquem gravemente doentes depois de estarem em contacto com o vírus.

Ao primeiro sinal de sintomas de Covid-19 marque um teste PCR

Poderá marcar um teste de reação em cadeia da polimerase (*Polymerase Chain Reaction*, PCR) gratuito para verificar se tem coronavírus através da página de internet do governo: www.gov.uk/get-coronavirus-test.

Não é necessário deslocar-se a um centro de testagem. Poderá ser-lhe enviado por correio um pacote para fazer em casa. Deverá ficar em casa até receber o resultado. A resposta é muito rápida e normalmente saberá se é Covid-19 ou não dentro de um dia ou dois.

É melhor ter que ficar em casa durante alguns dias enquanto espera pelo resultado de um teste PCR do que correr o risco de transmitir a doença a outras pessoas.

Deverá também fazer um teste PCR se tiver estado em contacto com alguém que tenha tido um resultado positivo no teste do coronavírus e se lhe tiver sido pedido para fazer um teste por um rastreador de contactos, pela saúde pública ou por um profissional de saúde.

Use testes de fluxo lateral quando não tiver sintomas

Faça testes de fluxo lateral duas vezes por semana como parte da sua rotina, especialmente se vai a lugares onde irá estar em contacto com pessoas com quem não vive. Os testes de fluxo lateral (*Lateral Flow Device*, LFD) podem detetar Covid-19 quando não há sintomas. São uma arma essencial na nossa defesa contra a doença, já que cerca de uma em cada três pessoas que apanham o vírus não têm os sintomas clássicos, ou estes podem ser muito leves.

Os testes de fluxo lateral são gratuitos e podem ser obtidos na Biblioteca Jubilee e nas farmácias de toda a cidade. Basta que peça ao balcão. Podem também ser pedidos através da página de internet do governo para que sejam enviados para a sua casa: www.gov.uk/order-coronavirus-rapid-lateral-flow-tests.