

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

**28 de outubro de 2021**

Nos sete dias anteriores ao dia 22 de outubro (com base nos dados publicados no dia 27 de outubro) tivemos 1232 novos casos de Covid-19 confirmados em Brighton e Hove.

Isto é:

- um aumento de 32% comparando com os sete dias anteriores;
- equivalente a uma taxa semanal de 422,3 por 100 000 residentes;
- inferior à taxa do Sudeste, que foi de 534,8 por 100 000;
- inferior à taxa de Inglaterra, que foi de 481,5 por 100 000.

### **O que isto significa para Brighton e Hove**

Os casos positivos voltaram a aumentar e esta semana observámos um aumento em todas as faixas etárias.

Todos nós temos que fazer o que pudermos para impedir que os casos continuem a aumentar e para que nos mantenhamos uns aos outros em segurança.

Juntamente com as vacinas e os testes, devemos continuar a seguir as instruções de “mãos, cara, espaço e ar fresco” quando pudermos. Isso faz mesmo a diferença.

Eu recomendaria que todas as pessoas ainda usem coberturas faciais em locais movimentados, incluindo nos transportes públicos. Para a maioria de nós, isso não é algo difícil e, ao usar uma máscara, não só está a proteger os outros como também a ajudar muitas pessoas a sentirem-se mais seguras fora de casa.

Testagem regular com testes de fluxo lateral ajuda a identificar casos cedo e a romper a cadeia de transmissão. Para aqueles que estão de regresso ao ensino secundário ou à faculdade, ou mesmo ao trabalho após o intervalo do período escolar, peço-vos que façam um teste de fluxo lateral antes de regressarem.

### **O que pode fazer para ajudar a manter o número de casos de Covid baixo e a reduzir a propagação:**

**Tome as suas vacinas contra a Covid, a dose de reforço e a vacina contra a gripe quando lhe forem oferecidas.**

- A primeira e segunda dose (após 8 semanas) estão disponíveis para [marcações por internet](#) ou [encontre uma sessão sem marcação prévia pela cidade](#).
- Se já tiverem passado 6 meses desde a segunda dose, estão disponíveis doses de reforço para as pessoas com mais de 50 anos, funcionários dos serviços de saúde e de assistência social e para pessoas com problemas de saúde subjacentes. Se já passaram 182 dias desde a sua segunda dose pode [fazer a marcação por internet](#) ou [ir a uma sessão sem marcação prévia](#).

- As vacinas para os jovens com idades compreendidas entre os 12 e os 15 anos estão a ser organizadas através das escolas, ou pode agora marcar uma consulta através do serviço nacional de marcação de consultas (*National Booking Service*). [Saiba mais sobre as vacinas para jovens entre os 12 e os 15 anos](#) ;
- As vacinas contra a gripe também são gratuitas para muita gente. [Veja quem é elegível e como marcar](#). Muitas pessoas são elegíveis tanto para a vacina contra a gripe, como para as vacinas de reforço contra a Covid-19. Se lhe forem oferecidas ambas as vacinas, é seguro tomá-las ao mesmo tempo.

**Use uma cobertura facial em espaços com muita gente ou fechados, incluindo em autocarros e comboios movimentados.** Não se trata apenas de se proteger a si próprio(a), isso pode também ajudar a garantir que os outros se sintam seguros.

**Se for possível, encontre-se com as outras pessoas em espaços abertos, ou deixe entrar ar fresco.**

**Continue a fazer testes de fluxo lateral (*Lateral Flow Device*, LFD) duas vezes por semana e comunique os resultados.** Se o resultado do seu teste for positivo deverá autoisolar-se e encomendar um teste de reação em cadeia da polimerase (*Polymerase Chain Reaction*, PCR).

- [Peça por internet embalagens de testes gratuitos](#) para que lhe sejam entregues em casa;
- Obtenha embalagens de testes na Biblioteca Jubilee ou no edifício da Câmara Municipal de Hove (Hove Town Hall);
- Obtenha embalagens de testes numa farmácia. Agora é necessário [registar-se para obter um código de recolha antes de ir buscar os testes a uma farmácia](#)
- [Faça um teste supervisionado numa farmácia](#);
- Os estudantes e os funcionários deverão obter os seus testes nas suas escolas.

**Faça um teste PCR se tiver quaisquer sintomas, mesmo se forem leves, ou se tiver um resultado positivo num teste de fluxo lateral.** Depois, se o resultado for positivo, fique em casa e isole-se durante 10 dias. Se tiver quaisquer sintomas, é importante que faça um teste PCR e que não use os kits de testes de fluxo lateral de fazer em casa.

**Os contactos próximos de alguém que tenha tido um resultado positivo deverão fazer um teste PCR.** Se for um contacto próximo e não estiver completamente vacinado(a), deverá ficar em casa e autoisolar-se durante 10 dias, mesmo se o resultado do seu teste PCR for negativo. Se for um contacto e estiver completamente vacinado(a) (se tiver tomado a sua segunda dose há mais de duas semanas) ou se tiver menos de 18 anos e 6 meses de idade, já não precisa de se autoisolar enquanto espera pelo resultado do seu teste PCR.