

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

14 de outubro de 2021

Nos sete dias anteriores ao dia 8 de outubro (com base nos dados publicados no dia 13 de outubro) tivemos 730 novos casos de Covid-19 confirmados em Brighton e Hove. Isto é:

- um aumento de 10,3% comparando com os sete dias anteriores;
- equivalente a uma taxa semanal de 250,2 por 100 000 residentes;
- inferior à taxa do Sudeste, que foi de 350 por 100 000;
- inferior à taxa de Inglaterra, que foi de 366,8 por 100 000.

O que é que isto significa para Brighton e Hove?

As taxas globais continuam a oscilar. Após uma pequena queda na semana anterior, os casos positivos de Covid-19 voltaram a aumentar nos últimos sete dias.

A taxa de Brighton e Hove é mais baixa do que a do Sudeste e a da Inglaterra. À semelhança de outras áreas, a taxa na nossa localidade é mais elevada entre as crianças com idade de frequentar o ensino secundário.

A Covid ainda existe e ainda há muitas pessoas com o vírus mas sem sintomas. Eu gostaria de incentivá-los a todos a continuarem a fazer testes regularmente para que possam descobrir rapidamente se tiverem Covid e isolarem-se para que não contagiem amigos, familiares e colegas.

O que pode fazer para ajudar a reduzir a propagação

Tome as suas vacinas contra a Covid e a dose de reforço quando lhe forem oferecidas. Encontram-se atualmente disponíveis doses de reforço para as pessoas com mais de 50 anos, funcionários dos serviços de saúde e assistência social e para as pessoas com problemas de saúde subjacentes se já passaram 6 meses desde a segunda dose. Pode fazer a marcação por internet ou ir a sessões sem marcação prévia disponíveis a nível local. [Saiba mais sobre como tomar as suas vacinas.](#)

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

Sempre que possível, encontre-se com as outras pessoas em espaços abertos, ou abra uma janela para deixar entrar ar fresco.

Continue a fazer testes de fluxo lateral duas vezes por semana se não tiver sintomas, para saber que não está a espalhar a Covid sem se aperceber.

- [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 o resultado do teste de fluxo lateral for positivo. Depois, se o resultado do teste PCR for positivo, fique em casa e isole-se durante 10 dias. Se tiver quaisquer sintomas, é muito importante que faça um teste PCR e que não use os kits de testes de fluxo lateral (*Lateral Flow Device*, LFD) de fazer em casa. Os testes PCR são mais sensíveis, uma vez que são analisados num laboratório.

Os contactos próximos de alguém que tenha tido um resultado positivo deverão fazer um teste PCR, quer tenham ou não sintomas. Se for um contacto próximo e não estiver completamente vacinado(a), deverá ficar em casa e autoisolar-se durante 10 dias, mesmo que o resultado do seu teste PCR seja 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.