

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

18 de novembro de 2021

Nos sete dias anteriores ao dia 12 de novembro (com base nos dados publicados no dia 17 de novembro) tivemos 1073 novos casos de Covid-19 confirmados em Brighton e Hove.

Isto é:

- um aumento de 19% comparando com os sete dias anteriores;
- equivalente a uma taxa semanal de 367,8 por 100 000 residentes;
- inferior à taxa do Sudeste, que foi de 418,4 por 100 000;
- inferior à taxa de Inglaterra, que foi de 376,4 por 100 000.

O que isto significa para Brighton e Hove

Uma vez mais observámos um número cada vez maior dos nossos residentes com testes positivos, mostrando que a Covid ainda continua a afetar-nos.

Mesmo que esteja completamente vacinado(a), os testes regulares são importantes para saber que não está a propagar a Covid sem se aperceber.

Muitas pessoas que tiveram Covid não apresentavam quaisquer sintomas e só se aperceberam quando tiveram um resultado positivo num teste de fluxo lateral, antes de confirmarem com um teste de reação em cadeia da polimerase (*Polymerase Chain Reaction*, PCR).

Pense nos outros e que continue a fazer testes, especialmente nos dias em que está em contacto com muitas pessoas ou com pessoas mais vulneráveis que podem ficar gravemente doentes com Covid.

E se tiver um resultado positivo, fique em casa e faça um teste PCR.

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.

- Primeiras e segundas doses (após 8 semanas) estão disponíveis para [marcações por internet](#) ou [encontre uma sessão sem marcação prévia perto de si](#) . Atualmente, as pessoas maiores de 18 anos (ou que façam 18 anos dentro de 3 meses) são elegíveis para a segunda dose em 8 semanas após a primeira dose. As pessoas com 16 e 17 anos de idade serão em breve convidadas a fazer a marcação da segunda dose em 12 semanas ou mais após a primeira dose.
- Estão disponíveis doses de reforço para as pessoas de idade igual ou superior a 50 anos, funcionários dos serviços de saúde e de assistência social e pessoas com problemas de saúde subjacentes, se já tiverem passado 182 dias (6 meses e 1 semana) desde a segunda dose. [Estão disponíveis sessões de vacinação sem marcação prévia](#), mas muitas estão atualmente ocupadas, por isso é melhor [marcar uma consulta com antecedência](#) para evitar ter de esperar muito. As pessoas de idade igual ou superior a 40 anos serão em breve convidadas a fazer a marcação, quando forem elegíveis.
- 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 os jovens com idades compreendidas 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 poderá também contribuir para 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 e comunique todos os resultados. Se tiver um resultado positivo deverá autoisolar-se e encomendar um teste 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](#) .

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.