

Atualização Covid - 25 de novembro de 2021

Nos sete dias anteriores ao dia 19 de novembro (com base nos dados publicados no dia 24 de novembro) tivemos 1339 novos casos de Covid-19 confirmados em Brighton e Hove. Isto é:

- um aumento de 25% comparando com os sete dias anteriores;
- equivalente a uma taxa semanal de 459 por 100 000 residentes;
- inferior à taxa do Sudeste, que foi de 517 por 100 000;
- superior à taxa de Inglaterra, que foi de 424 por 100 000.

O que pode fazer para ajudar a manter o número de casos de Covid baixo

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 estão disponíveis para marcações por internet ou encontre uma sessão sem marcação prévia perto de si;
- As pessoas maiores de 18 anos (ou que façam 18 anos durante os próximos 3 meses) podem tomar a segunda dose 8 semanas após a primeira;
- As pessoas com 16 e 17 anos de idade podem agora tomar a segunda dose 12 semanas ou mais após a primeira dose.
- Estão disponíveis doses de reforço contra a Covid para as pessoas de idade igual ou superior a 40 anos, funcionários dos serviços de saúde e de assistência social e para as 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 ou pode marcar uma consulta com antecedência;
- Vacinas para os jovens com idades compreendidas entre os 12 e os 15 anos estão a ser organizadas através das escolas, ou pode marcar uma consulta através do serviço nacional de marcação de consultas (*National Booking Service*).
- As vacinas contra a gripe também são gratuitas para muita gente. Veja quem é elegível e como marcar. As vacinas contra a Covid-19 e contra a gripe podem ser tomadas juntas. Pedimos-lhe que tome ambas as vacinas assim que possível.

Use uma cobertura facial em espaços com muita gente ou fechados, incluindo nos transportes públicos. Não se trata apenas de se proteger a si próprio(a) e aos outros. Isso poderá também contribuir para garantir que os outros se sintam seguros.

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

Continue a fazer testes de fluxo lateral regularmente, especialmente quando estiver em contacto com pessoas de outros agregados familiares ou com pessoas para quem a Covid representa um risco maior. Comunique todos os resultados e, se tiver um resultado positivo deverá autoisolar-se e encomendar um teste PCR.

- Encomende 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.