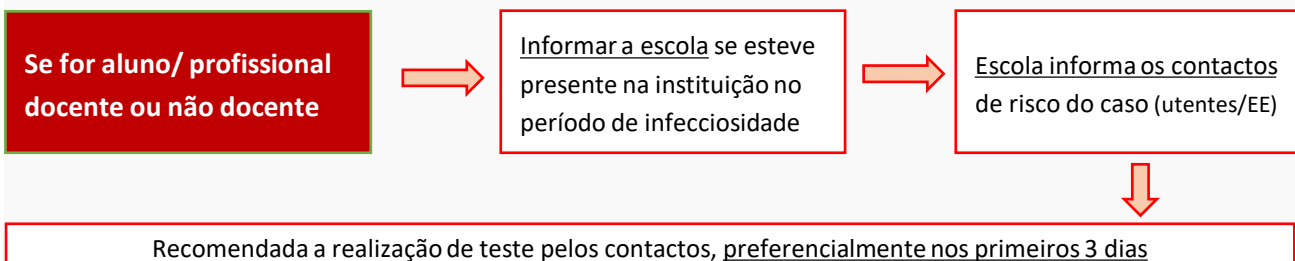


COVID-19 – INFORMAÇÕES IMPORTANTES

É um caso CONFIRMADO DE COVID-19?

<p>PCR POSITIVO OU TRAG POSITIVO</p> <p>(Teste Rápido Antigénico em laboratório ou farmácia)</p>	<p>Aguardar SMS do MIN. SAUDE no prazo de 24-48h:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Link do Formulário de Apoio ao Inquérito Epidemiológico [OBRIGATÓRIO PREENCHER E IDENTIFICAR COABITANTES] - Declaração de Isolamento [COMPROVATIVO PARA JUSTIFICAÇÃO DE AUSÊNCIA LABORAL] Não é necessário baixa médica (CIT) 	<p>Isolamento de 7 dias</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Não será contactado pelo Médico de Família</u> • Ao fim de 7 dias pode sair de isolamento se não tiver sintomas ou se sintomas ligeiros <p>[Não precisa efetuar teste de alta nem deve efetuar teste covid nos 180 dias seguintes]</p>
<p>Em caso de agravamento de sintomas ligar Linha de Saúde 24 ou entrar em contato com a sua unidade de saúde</p>		
<p>AUTOTESTE POSITIVO</p> <p>(Teste Rápido Antigénico efetuado pelo próprio ou por outro sem notificação laboratorial)</p>	<p>Ligar <u>Linha de Saúde 24</u> e <u>efetuar teste laboratorial</u> para confirmar autoteste:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Teste TRAG (Teste Rápido Antigénico em laboratório ou farmácia) Ou * PCR 	



TEVE CONTACTO COM CASO(S) CONFIRMADO(S) DE COVID-19?

<p>COABITANTES DO CASO COVID</p>	<p>OS COABITANTES DE UM CASO COVID SÃO:</p> <p>CONTACTOS DE ALTO RISCO</p> <p><u>EXCETO</u> [coabitantes com dose reforço vacina covid ou que tenham tido covid há <180 dias não ficam em isolamento – são contactos de baixo risco]</p> <p>* O caso covid deverá identificar obrigatoriamente os seus coabitantes através do link que receber por SMS – Formulário de Apoio ao Inquérito Epidemiológico</p>	<p>Isolamento de 7 dias</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Não será contactado pela Saúde Pública/Delegado de Saúde</u> • Serão emitidos automaticamente: <ul style="list-style-type: none"> - Teste PCR ou TRAG para efetuar até ao 3º dia e ao 7º dia - Declaração de Isolamento <p>[Ao fim de 7 dias pode sair de isolamento se testes negativos]</p>
<p>QUALQUER OUTRA PESSOA QUE TENHA TIDO CONTACTO COM UM CASO COVID</p>	<p>CONTACTOS DE BAIXO RISCO [Não precisa de ficar em Isolamento Profilático]</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ficar em autovigilância de sintomas - Restringir contactos sociais - Efetuar Teste TRAG ou PCR (o mais precocemente possível) 	

COVID-19 – INFORMAÇÕES IMPORTANTES

TEVE CONTACTO COM CASO(S) CONFIRMADO(S) DE COVID-19?



*Os contactos devem fazer teste PCR ou teste rápido de antígeno de uso profissional (feito nas farmácias ou laboratórios) para COVID-19

Norma nº 004/2020 de 23/03/2020 atualizada a 05/01/2022

COVID-19 – INFORMAÇÕES IMPORTANTES

PERÍODO DE TRANSMISSIBILIDADE:

1. O período de transmissibilidade/infeciosidade para fins de rastreio de contactos entende-se:

a. Em casos sintomáticos:

i. Desde 48 horas antes da data de início de sintomas de COVID-19, até ao dia em que é estabelecido o fim do isolamento do caso confirmado, nos termos da Norma 004/2020 da DGS.

b. Em casos assintomáticos:

i. Desde 48 horas antes da data da colheita da amostra biológica para o teste laboratorial para SARS-CoV-2 até ao dia em que é estabelecido o fim do isolamento do caso confirmado, nos termos da Norma 004/2020 da DGS

ii. Quando for possível estabelecer uma ligação epidemiológica: desde 48 horas após a exposição ao caso confirmado, até ao dia em que é estabelecido o fim do isolamento do caso, nos termos da Norma 004/2020 da DGS.

RASTREIO DE CONTACTOS:

Os contactos devem realizar teste laboratorial molecular (TAAN) ou teste rápido de antígeno de uso profissional (TRAg) para SARS-CoV-2, nos termos da Norma 019/2020 da DGS:

a. Contactos de alto risco

i. Primeiro teste: o mais precocemente possível e, idealmente, até ao 3.º dia após a data da última exposição ao caso confirmado;

ii. Segundo teste: ao 7.º dia após a data da última exposição ao caso confirmado.

b. Restantes contactos

i. Teste laboratorial o mais precocemente possível e, idealmente, até ao 3.º dia após a data da última exposição ao caso confirmado.

Salvo exceções, deixa de ser aplicável o isolamento profilático aos contactos em contexto escolar, pois na atualização de 05/01/2022 da Norma 15 deixam de ser considerados de Alto Risco.

É recomendada a autovigilância e realização de teste (podendo ser teste laboratorial molecular (TAAN) ou teste rápido de antígeno de uso profissional (TRAg), ou seja, por PCR (por exemplo com requisição pelo SNS24) ou teste rápido realizado por exemplo nas farmácias (4 gratuitos por mês).

Indicações de Autovigilância

Informa-se que foi identificado um caso de COVID-19, a que esteve exposto, numa situação considerada como contacto de baixo risco. Deve cumprir **cuidados de autovigilância (AV), até o 14º dia após** a data da última exposição ao caso com COVID-19, de acordo com o indicado pela Autoridade de Saúde/Unidade de Saúde Pública. Se, entretanto, desenvolver a infeção por COVID-19, ao cumprir estes cuidados, tem a possibilidade de evitar uma maior disseminação do vírus, protegendo as outras pessoas.

DEVE:



Reforçar a Autovigilância de sintomas compatíveis com COVID-19: aumento da temperatura, tosse de início recente ou agravada, dores de cabeça, dores musculares, dificuldade em respirar, cansaço, alterações do paladar ou do olfato, falta de apetite, congestão ou obstrução nasal, dores de garganta, dores no peito, abdómen ou outras, enjoos, vômitos ou diarreia, fraqueza, irritabilidade, alterações na pele ou nos olhos, entre outros.



Medir e registar a temperatura corporal, duas vezes por dia.



Implementar rigorosamente as medidas de **distanciamento, higiene das mãos, etiqueta respiratória e utilização de máscara,** dentro do possível inclusive no domicílio, quando com outras pessoas. **Proteger especialmente os mais vulneráveis** ou com condições associadas a COVID-19 mais grave: mais idosos, com obesidade, imunossupressão ou poucas defesas, cancro ativo, diabetes, doença crónica respiratória, cardíaca, hepática ou renal, entre outras.



Não frequentar locais com aglomerações de pessoas. Limitar os contactos com outras pessoas, reduzindo as deslocações ao indispensável (ex: trabalho, casa) e só se não tiver sintomas.



Autoisolar-se e contactar o SNS 24 (808 24 24 24) se surgirem sinais ou sintomas compatíveis com COVID-19. Manter-se sempre contactável.



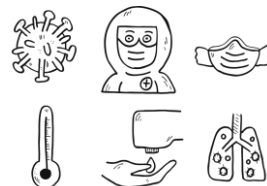
Efetuar teste de pesquisa do vírus da COVID-19* por PCR ou Teste Rápido de Pesquisa de Antígeno, de preferência até ao 3º dia após contacto com o caso confirmado.

*exceto se teve COVID-19 há menos de 180 dias e permanecer assintomático

Seja um agente de Saúde Pública!

Cumpra sempre as medidas de prevenção da transmissão de COVID-19:

- **Distanciamento físico**
- **Uso obrigatória de máscara**
- **Lavagem e desinfeção frequente das mãos**



Proteja especialmente os doentes crónicos, idosos e mais vulneráveis