

TEST TRACE PROTECT PRECISA DA COLABORAÇÃO DE TODOS



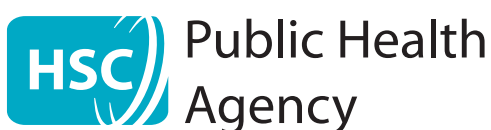
No decorrer da pandemia, o seu contributo no cumprimento das orientações de saúde pública tem sido crucial para diminuir a propagação do coronavírus. Conseguiu, com isso, salvar vidas. À medida que as restrições de confinamento vão sendo atenuadas, deparamo-nos com o risco de uma segunda vaga de infeções. Podemos ajudar a diminuir este risco ao continuar a aplicar as medidas de saúde pública para controlar a propagação, tais como a realização de testes e o rastreio de contactos.

Os testes e os rastreios ajudam a interromper as cadeias de transmissão do vírus. Ao identificar as pessoas que tenham estado em contacto próximo com alguém que tenha testado positivo ao coronavírus e ao pedir-lhes que se autoisolem, conseguimos limitar a propagação subsequente (reprodução) do vírus. Manter o número de reprodução (R) baixo permite-nos continuar a evoluir em direção a uma vida mais normal a nível familiar, profissional e social. Amigos e familiares poderão reunir-se, escolas e negócios poderão reabrir. Também contribuirá para evitar que o nosso serviço de saúde fique sobrecarregado.

A realização de testes e de rastreio de contactos só funciona se todos nós colaborarmos. Isto significa:

- fazermos o teste se tivermos sintomas;
- ajudarmos nos rastreios de contactos;
- autoisolarmo-nos quando aconselhados a fazê-lo.

Para além do distanciamento social e das precauções de higiene, os testes e os rastreios de contactos são a melhor solução para protegermos as nossas comunidades do coronavírus.



Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:



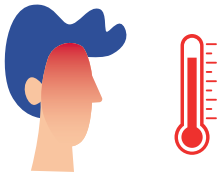
TEST TRACE PROTECT

GUIA PASSO-A-PASSO

Test ✓ Trace ✓ Protect ✓

HSC Health and Social Care

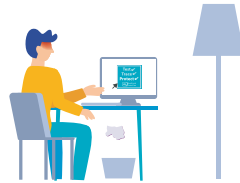
1



IDENTIFIQUE OS SINTOMAS

Se adquiriu recentemente uma tosse persistente, tiver febre ou alterações no olfato ou paladar, deverá, bem como quem estiver em sua casa, autoisolar-se imediatamente.

2



PEÇA UM TESTE AGORA

Visite nidirect.gov.uk/coronavirus para agendar um teste online. Ligue para o 119 se não conseguir agendar um teste online.

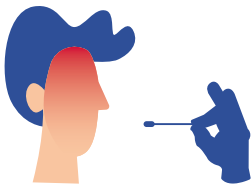
3



ISOLE-SE

Isole-se durante 10 dias após o surgimento dos sintomas ou mais, se a febre persistir (pelo menos até 48 horas após a sua temperatura ter normalizado). As outras pessoas com quem vive devem-se isolar durante 14 dias.

4



FAÇA O TESTE

O teste é realizado junto dos centros de teste, sem sair do carro, pelo que deve chegar de automóvel (não a pé, nem de transporte público ou táxi ou qualquer outro meio). Também é possível realizar o teste em casa.

5



OBTENHA OS RESULTADOS

Deverá receber os resultados em 72 horas. Se o resultado do seu teste ao coronavírus for negativo, você e a sua família poderão interromper o isolamento.

6



FORNEÇA DETALHES

Se testou positivo ao coronavírus, os responsáveis pelos rastreios de contactos da Public Health Agency (Agência de Saúde Pública) entrarão em contacto consigo através do número 028 9536 8888. Irão perguntar-lhe com quem esteve recentemente em contacto.

7



A PHA (AGÊNCIA DE SAÚDE PÚBLICA) INFORMA OS CONTACTOS

Se tiver coronavírus, a PHA entrará em contacto com as pessoas com quem tenha mantido um contacto próximo. O seu nome só será partilhado se der o seu consentimento. Todos os dados serão guardados em segurança.

8



CONTACTOS PRÓXIMOS SOLICITADOS A ISOLAREM-SE

Será pedido aos contactos próximos para que se isolem durante 14 dias a contar da última vez que estiveram consigo.

9



CONTACTOS NO AGREGADO FAMILIAR

Se uma pessoa com quem manteve contacto próximo não apresentar sintomas, as restantes pessoas do agregado familiar não têm de se isolar. Se a pessoa com quem manteve um contacto próximo desenvolver sintomas, deverá seguir este guia a partir do passo 1.

Quando puder sair de casa, mantenha-se em segurança e continue a seguir as recomendações de saúde pública.

- Lave bem e frequentemente as mãos e evite tocar no rosto.
- Mantenha distância das outras pessoas quando estiver fora de casa.
- Tussa ou espirre para o seu cotovelo ou para um lenço e coloque-o no lixo a seguir.

Pode espalhar o vírus mesmo que não tenha sintomas.

WE ALL
MUST DO IT
TO GET
THROUGH IT



STAY SAFE



SAVE LIVES