



Quando é preciso fazer o teste para a COVID-19

Eu posso ter a COVID-19?

Os sintomas mais comuns da COVID-19 são febre, tosse e falta de ar. Geralmente, as pessoas pegam a COVID-19 quando entram em contato com alguém que já tenha sido diagnosticado com a COVID-19. No entanto, em algumas áreas já está ocorrendo a transmissão comunitária. A transmissão comunitária ocorre quando um vírus é transmitido e a origem é desconhecida.

Eu devo ir ao meu médico e fazer um teste para a COVID-19?

Se você tiver os sintomas dessa doença, você deve ligar para o profissional de saúde que o atende. O seu profissional de saúde irá avaliar os seus sintomas para determinar se você precisa fazer um teste. É importante que todos os que apresentam sintomas do COVID-19 procurem cuidados para confirmar o diagnóstico. Isso permitirá que você receba conselhos adequados sobre como cuidar de si mesmo e impedir a disseminação para sua família, amigos e outros contatos próximos. Isso é especialmente importante para indivíduos com alto risco de complicações do COVID-19, como:

- Adultos mais velhos
- Pessoas com o sistema imunológico enfraquecido
- Pessoas com problemas de saúde
- Grávidas

As pessoas que estão em contato próximo com alguém infectado com COVID-19 correm maior risco de serem infectadas e infectar outras pessoas. Contatos próximos são definidos como alguém que estava a menos de um metro e meio de um caso, por pelo menos 10 a 15 minutos, enquanto a pessoa infectada apresentava sintomas ou 48 horas antes do início dos sintomas. O departamento de saúde local notificará você se for considerado contato próximo com uma pessoa infectada. O teste deve ser feito o mais rápido possível após a notificação.

Caso você trabalhe em algum órgão de saúde e tenha contato com pacientes ou colegas que atuem na mesma área, ou se você trabalha em equipes de atendimento de emergência (serviços de ambulância, bombeiros, polícia), você precisa fazer o teste, independentemente dos critérios de grupo de risco.

Se eu achar que tenho a COVID-19 ou outra infecção respiratória, o que devo fazer para impedir que a minha infecção seja transmitida para a minha família e para outras pessoas na comunidade?

- Permaneça em casa, a não ser para ir ao médico.
- Não vá ao trabalho, à escola ou a áreas públicas.
- Não use o transporte público, aplicativos de carona ou táxis.
- Isole-se de outras pessoas e animais de estimação na sua casa.
 - O máximo possível, fique em um quarto específico e longe de outras pessoas na sua casa. Além disso, use um banheiro separado, se houver. Caso você precise compartilhar um banheiro, você e as pessoas que moram com você devem limpar as superfícies regularmente (veja abaixo).
 - Use uma máscara cirúrgica ou cubra o seu nariz e boca com um lenço ou pano se estiver em uma sala com outras pessoas.

Antes de ir ao médico, ligue antes para avisar.

Caso precise ir ao médico, ligue antes e avise que você tem os sintomas da COVID-19. Isso ajudará o consultório a tomar as medidas necessárias para impedir que outras pessoas sejam expostas ou infectadas.

Use uma máscara facial

- Use uma máscara facial quando estiver perto de outras pessoas (ex.: quando estiver na mesma sala ou veículo) e antes de entrar no consultório do profissional de saúde.

- Se você não tiver uma máscara facial, cubra o seu nariz e boca com um lenço ou pano (como uma camisa cortada ou algo similar).

Caso você não possa usar uma máscara facial, (porque tem problemas de respiração, por exemplo), as pessoas que vivem com você não podem ficar na mesma sala que você ou devem usar uma máscara facial quando entrarem na sala em que você está.

Cubra o rosto ao tossir ou espirrar

- Cubra a sua boca e nariz com um lenço ao tossir ou espirrar. Jogue os lenços usados em uma lata de lixo forrada. Caso não tenha um lenço, cubra o rosto ao tossir ou espirrar com os braços/cotovelos, nunca com as mãos.
- Lave as suas mãos imediatamente com água e sabão, por pelo menos 20 segundos. Use um produto à base de álcool que contenha ao menos 60% de álcool em sua composição caso não tenha água ou sabão disponível.

Evite compartilhar utensílios domésticos

- Não compartilhe pratos, copos, xícaras, talheres, toalhas ou roupas de cama com outras pessoas ou animais de estimação que morem com você.
- Após usar esses itens, eles devem ser lavados com cuidado com água e sabão.

Lave as mãos com frequência

- Lave as suas mãos frequentemente com água e sabão, por pelo menos 20 segundos. Caso não tenha água e sabão disponíveis, lave as mãos com um produto à base de álcool que contenha ao menos 60% de álcool em sua composição.
- Evite tocar em superfícies e objetos que outras pessoas tocam com frequência (superfícies “muito usadas”) com as mãos sujas.

Limpe todas as superfícies “muito usadas” todos os dias

- As superfícies “muito usadas” são balcões, mesas, maçanetas, objetos de banheiros, vasos sanitários, telefones, teclados, tablets e estruturas de camas.
- Limpe todas as superfícies sujas com sangue, fezes ou fluidos corporais . Use um pano ou spray de limpeza doméstica, de acordo com as instruções de uso.

Monitore os seus sintomas

- Procure ajuda médica imediatamente caso os seus sintomas piorem (ex.: falta de ar).
- Antes de procurar ajuda, ligue para o profissional de saúde que atende você e avise que você está com os sintomas da COVID-19.
- Coloque uma máscara facial antes de entrar no local de atendimento.
- Caso você tenha uma emergência médica e precise ligar para o 911, avise a equipe de atendimento que você está com os sintomas da COVID-19. Se possível, coloque uma máscara facial antes da chegada da equipe de emergência.

Quando eu posso encerrar o isolamento?

Caso você tenha testado positivo para a COVID-19, permaneça em isolamento na sua casa até que não haja mais possibilidade de contágio para outras pessoas. O seu departamento de saúde pública local irá entrar em contato com você para falar sobre isso. Se você não conseguiu fazer o teste, mas foi solicitado a isolar-se por um médico, entre em contato com seu médico para obter orientações sobre a liberação do isolamento. Se você não tiver um prestador de cuidados primários, ligue para a linha de saúde do prefeito pelo telefone 617-534-5050.

