

Instruções de Acompanhamento para Indivíduos que Fizeram o Teste à COVID-19

Porque fui testado?

Sou provedor/a de cuidados de saúde

- As orientações abaixo não se aplicam aos provedores de cuidados de saúde. Refira-se a [COVID-19 Referências Rápidas e Orientações da Saúde Pública quanto a Testes e Liberação](#) e faça o acompanhamento com o seu Departamento de Saúde e Segurança Ocupacional e com o Departamento de Segurança, se vier ao caso.

Não tenho sintomas, mas tive contacto próximo com um caso de COVID-19 OU viajei para fora do Canadá nos últimos 14 dias.

- Você tem de entrar em [isolamento](#) durante 14 dias, a contar da última vez que teve contacto com o caso, ou do dia que retornou ao Ontário, mesmo se o seu teste resultou negativo, pois esse é o tempo que os sintomas podem levar para aparecer.
- Se você apenas recebeu uma notificação de contágio através da aplicação [COVID Alert app](#), se o seu teste resultou negativo, você não precisa mais de continuar em isolamento.
- Os demais membros do agregado familiar podem ir ao trabalho/escola se não apresentarem sintomas.

Tenho sintomas, mas NÃO tive contacto próximo com um caso, e NÃO viajei para fora do Canadá nos últimos 14 dias

- Sim, você tem de entrar em isolamento enquanto espera os resultados do teste.
- Se o seu teste resultar positivo, isole-se por 10 dias* a contar de quando os sintomas apareceram. Após 10 dias* não precisa mais de estar em isolamento se não tiver febre e se seus sintomas estiverem a melhorar nas últimas 24 horas, ou mais.
- Se o seu teste resultar negativo, pode sair de isolamento se não tiver febre e se seus sintomas estiverem a melhorar nas últimas 24 horas, ou mais.
- Os demais membros do agregado familiar podem retornar ao trabalho/escola se não apresentarem sintomas.

Tenho sintomas da COVID-19 e tive contacto próximo com um caso OU viajei para fora do Canadá nos últimos 14 dias

- Se o seu teste resultar negativo, você deve ficar em casa, em isolamento, durante 14 dias, a contar da última vez que teve contacto com o caso, ou do dia que retornou ao Ontário.
- Se o seu teste resultou positivo, você deve ficar em casa, em isolamento, durante 10* dias, a contar do dia em que os sintomas começaram. Após 10 dias* você pode sair do isolamento, se não tiver febre e se seus sintomas estiverem a melhorar nas últimas 24 horas, ou mais.

- Todos os demais membros do agregado familiar devem entrar em isolamento durante 14 dias, a contar do último dia em que tiveram contacto com a pessoa que testou positivo. Marque o teste num dos [Centros de Avaliação](#) o quanto antes.

* Isole-se durante for 20 dias se esteve internado no hospital com cuidados à nível de UTI (ICU), ou se tiver o sistema imunitário gravemente comprometido (ex. se estiver a fazer quimioterapia para tratamento de um cancro).

Não tenho sintomas, NÃO tive contacto próximo com um caso, e NÃO viajei para fora do Canadá nos últimos 14 dias

- Você não precisa de entrar em isolamento enquanto espera os resultados do teste.
- Se o seu teste resultar positivo, entre em isolamento durante 10 dias* a contar do dia do teste.

NOTA: Em todos os casos acima, quando sair de isolamento, continue a cumprir o [distanciamento físico](#) dos outros, higienize suas mãos com frequência, [monitorize a si mesmo](#), e repita o teste se vier a apresentar um ou mais dos [sintomas](#) da COVID-19. Use também a [máscara ou cobertura facial](#) em todos os espaços públicos interiores (segundo [regulamentos da Cidade e do O. Reg 364](#)) e sempre que o distanciamento físico não seja possível.

Como obter os resultados do seu teste

- Visite <https://covid-19.ontario.ca/> e seleccione "check your results" (veja os seus resultados).
- Os moradores de Toronto que encontrarem qualquer dificuldade em obter os resultados de seus testes podem contactar o Serviço de Saúde Pública de Toronto (TPH) no 416-338-7600.
- Pessoas que não tiverem o cartão de saúde devem fazer o acompanhamento com o posto de testes ou com o médico que fez o teste.
- Se o seu teste resultou positivo, a TPH entrará em contacto consigo para avisar quando pode encerrar o isolamento.

O que quer dizer "contacto próximo com um caso"?

- Contacto próximo com um caso é quando uma pessoa, nos últimos 14 dias, esteve a pequena distância física de alguém que testou positivo, ou que apresenta sintomas de COVID-19.
- Contacto físico próximo inclui:
 - estar a menos de dois metros/seis pés de distância, na mesma sala, quarto, divisão, espaço de trabalho ou área durante mais de 15 minutos.
 - viver na mesma casa
 - se você for provedor/a de cuidados de saúde, se esteve a prover cuidados a essa pessoa sem o uso constante do equipamento de proteção individual adequado.

O que quer dizer um teste negativo?

- Se o seu teste resultou negativo à COVID-19, isso quer dizer que não houve nenhum vírus detetado na amostra recolhida.
- Teste negativo não quer dizer que você não ficará doente. Também não quer dizer que não possa, no futuro, expor-se ao vírus, testar positivo, ou adoecer com a COVID-19.

O que significa um teste positivo, se não tenho sintomas?

- Que há vírus na amostra. O teste, que é muito eficaz, deteta a presença do vírus, se o houver, na amostra.
- O teste pode resultar positivo se a pessoa teve a COVID-19, mesmo se já recuperou completamente e não está mais contagiosa. Não recomendamos que as pessoas que testaram positivo repitam o teste, uma vez que completaram o período de isolamento e já não apresentam sintomas.
- As investigações a respeito da COVID-19 continuam a evoluir.
- Ainda desconhecemos o significado de um resultado positivo para quem nunca teve sintomas.
- Se você testou positivo, mesmo sem sintomas, deve entrar em isolamento e ficar atento a qualquer sintoma que possa surgir.

O teste sabe dizer se eu já tive a COVID-19 no passado (mas não agora)?

- Não, o teste só determina se você tinha a COVID-19 na hora em que o teste foi feito.
- Não temos disponíveis, no Ontário, os testes que determinam se a pessoa já teve a COVID-19 no passado.

Mais informações

Para mais informações, visite www.toronto.ca/COVID19 ou ligue para a TPH no 416-338-7600.