

Instruções do que fazer após o teste à COVID-19

Porque fui testado?

Sou profissional de cuidados de saúde

- As orientações abaixo não se aplicam aos profissionais de cuidados de saúde. Refira-se à [COVID-19 Referência Rápida de Orientação da Saúde Pública sobre Testes e Liberação](#) e acompanhe junto ao seu Departamento de Saúde e Segurança Ocupacional, se for o caso.

Trabalho ou estudo numa escola (JK – grau 12) ou tenho filhos na escola

- Se você trabalha ou estuda numa escola, ou se tem filhos na escola, por favor veja as orientações adicionais em [Instruções do que Fazer Após o Teste à COVID-19 para Pessoas que Trabalham ou Estudam nas Escolas, e para Visitantes](#).

O Que Fazer

| | Tive contacto próximo com um caso de COVID-19, OU viajei para fora do Canadá nos últimos 14 dias | NÃO tive contacto próximo com um caso de COVID-19, NEM viajei para fora do Canadá nos últimos 14 dias |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tenho sintomas | <ul style="list-style-type: none"> Entre em isolamento enquanto espera o resultado do seu teste. Se o resultado for negativo, entre em isolamento durante 14 dias, a contar do último dia em que teve contacto com o caso, ou do dia em que regressou ao Ontário. Se o teste, que resultou negativo, foi feito antes do 7º dia do seu isolamento, repita-o no 10º dia do seu período de isolamento, ou após esse dia. Se o teste resultou positivo, você tem de ficar em casa, em isolamento, durante 10 dias*, a contar do dia em que seus sintomas apareceram. Após 10 dias* você pode sair do isolamento, se não tiver febre e se os sintomas | <ul style="list-style-type: none"> Entre em isolamento enquanto espera o resultado do seu teste. Se o resultado for positivo, entre em isolamento durante 10 dias*, a contar do início dos seus sintomas. Após 10 dias* você pode sair do isolamento, se não tiver febre e se os sintomas estiverem a melhorar durante, pelo menos, 24 horas. Se o teste resultou negativo, pode sair do isolamento se não tiver mais febre e se os sintomas estiverem a melhorar durante, pelo menos, 24 horas. As pessoas do seu agregado familiar também devem entrar em isolamento enquanto você espera o resultado do teste. Se você testar positivo, elas também têm de entrar em isolamento por 14 dias, a contar do último dia em |

| | | |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | estiverem a melhorar durante, pelo menos, 24 horas. | que tiveram contacto consigo, e devem fazer o teste num Centro de Avaliações no 10º dia em que estiverem em isolamento, ou após esse dia. |
| | Tive contacto próximo com um caso de COVID-19, OU viajei para fora do Canadá nos últimos 14 dias | NÃO tive contacto próximo com um caso de COVID-19, NEM viajei para fora do Canadá nos últimos 14 dias |
| Tenho sintomas (cont.) | <ul style="list-style-type: none"> As pessoas do seu agregado familiar também devem ficar em isolamento, enquanto você espera o resultado do teste. Se o seu teste resultar positivo, elas têm de continuar em isolamento durante 14 dias, a contar do último dia em que tiveram contacto consigo. Elas também devem fazer o teste num Centro de Avaliações no 10º dia em que estiverem em isolamento, ou após esse dia. | |
| Não tenho sintomas | <ul style="list-style-type: none"> Entre em isolamento durante 14 dias, a contar do último dia em que teve contacto com o caso, ou do dia em que retornou ao Ontário, mesmo se o seu teste resultou negativo, já que esse é o tempo que os sintomas levam para aparecer. Se você teve contacto próximo com um caso de COVID-19 e o seu teste resultou negativo, se fez o seu teste antes do 7º dia de seu isolamento, repita o teste no 10º dia do seu isolamento, ou após esse dia. Se recebeu apenas a notificação da aplicação COVID Alert, você não precisa de entrar em isolamento, se o seu teste resultou negativo. | <ul style="list-style-type: none"> Você não é obrigado a ficar em isolamento enquanto espera o resultado do seu teste. Se o seu teste resultar positivo, entre em isolamento durante 10 dias*, a contar do dia do teste. As pessoas do seu agregado familiar podem ir ao trabalho se não tiverem sintomas. Se o seu teste resultar positivo, elas também têm de entrar em isolamento durante 14 dias, a contar da última vez que tiveram contacto consigo, e fazerem o teste num Centro de Avaliações no 10º dia em que estiverem em isolamento, ou após esse dia. |

| | | |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> As pessoas do seu agregado familiar devem ficar em casa, exceto por motivos estritamente necessários, enquanto você está em isolamento. Se o seu teste resultar positivo, elas também têm de entrar em isolamento durante 14 dias, a contar do último contacto que tiveram consigo, e fazerem o teste num Centro de Avaliações no 10º dia em que estiverem em isolamento, ou após esse dia. | |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

** Isole-se durante 20 dias se esteve hospitalizado e se precisou de cuidados intensivos (ICU), ou se tiver o sistema imune gravemente enfraquecido (ex. se estiver a fazer quimioterapia para tratamento do cancro). Entre em isolamento durante 14 dias, se seu teste resultou positivo após retornar de outros países.*

NOTA: Em todos os casos acima, ao fim do período de isolamento, continue a manter o [distanciamento físico](#) dos demais, a higienizar as mãos e a [se monitorizar](#), e repita o teste se voltar a apresentar um ou mais [sintomas](#) de COVID-19. Use também uma [máscara ou cobertura facial](#) em todos espaços interiores públicos (segundo os regulamentos da Cidade de Toronto [by-law and O. Reg 364](#)), se o distanciamento físico não for possível.

Teste após retornar de outros países

Pessoas que retornam de viagem a outros países têm de fazer o teste à COVID-19 no 10º dia da quarentena obrigatória, ou após esse dia, com o kit de colheita de amostra. Leia mais informações a respeito do que fazer quando retorna de países estrangeiros no website do Governo do Canadá.

Como obter o resultado do seu teste

Para obter o resultado, use o mesmo método de identificação que usou no centro de avaliações.

- Com o cartão de saúde da *Ontario health*:
 - Visite covid-19.ontario.ca e clique em "check your results" (verificar o resultado).
 - Siga as indicações e complete todas as informações solicitadas.
- Sem o cartão de saúde da *Ontario health*:

Atualizado em 1 de março de 2021

- Alguns centros de avaliação provêm uma etiqueta que inclui o seu Número de Registo Médico, *Medical Reference Number*, e um Código de Verificação, *Verification Code*, que possibilitam obter os resultados online. Se lhe deram ambos, o Número de Registo Médico e o Código de Verificação, visite covid-19.ontario.ca, clique em "check your results," (verificar o resultado) e selecione "Other or no identification" (Outro ou sem identificação).
- Se não recebeu nem o Número de Registo Médico, nem o Código de Verificação, é favor telefonar ao centro de avaliações onde fez o teste e pedir o resultado.
- Moradores de Toronto que tiverem dificuldades em obter seus resultados podem contactar a Saúde Pública de Toronto (TPH) ao 416-338-7600.
- Se o seu teste resultou positivo, o centro de avaliações e/ou a TPH entrarão em contacto consigo para indicar quando pode sair do isolamento. Se houver uma discrepância entre as datas de isolamento indicadas pelo centro de avaliações e pela TPH, você tem de seguir as instruções da TPH, conforme a [Seção 22 da Ordem de Classe](#).

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

- Contacto próximo com um caso é quando a pessoa esteve em contacto físico próximo, nos últimos 14 dias, com alguém que testou positivo ou que tem sintomas de COVID-19.
- Contacto físico próximo inclui:
 - estar a menos de dois metros/seis pés na mesma sala, espaço de trabalho, ou área durante mais que 15 minutos;
 - morar na mesma casa; e
 - se você for um profissional de cuidados de saúde que proveu cuidados a um indivíduo, sem usar consistentemente o equipamento de proteção individual apropriado.

O que quer dizer um teste negativo?

- Se o seu teste à COVID-19 resultou negativo, quer dizer que o vírus não foi detetado na amostra provida.
- Um resultado negativo ao teste não quer dizer que você não ficará doente. Também não quer dizer que você não esteve exposto, e que não possa testar positivo ou ficar doente com a COVID-19 no futuro.

O que quer dizer um teste positivo se não tenho sintomas?

- Se houver vírus na amostra, o teste é muito eficiente em detetá-lo.
- O teste pode resultar positivo mesmo depois que a pessoa que teve COVID-19 esteja totalmente recuperada e não esteja mais contagiosa. Se a pessoa testou positivo, não

Atualizado em 1 de março de 2021

recomendamos que repita o teste, se houver completado o período de isolamento e não apresentar mais sintomas.

- As investigações a respeito da COVID-19 continuam a evoluir.
- Ainda não sabemos o significado de um teste positivo se você nunca teve sintomas.
- Se o seu teste resultou positivo, você deve entrar em isolamento e ficar atento a qualquer sinal da doença, mesmo se não tem sintomas.

O teste pode indicar se já tive COVID-19 no passado (mas não agora)?

- Não, o teste só determina se você tinha a COVID-19 no momento do teste.
- Os testes que determinam se alguém teve COVID-19 no passado não estão disponíveis no Ontário.

Para mais informações, visite www.toronto.ca/COVID19 ou ligue para a TPH, ao 416-338-7600.