

# TESTES CASEIROS COVID-19

## ENTENDER OS RESULTADOS DO SEU TESTE

April 14, 2022 3:25 PM PORTUGUESE

### E se o resultado for positivo?

Tem o vírus no seu corpo e pode transmiti-lo para outras pessoas, mesmo que não tenha qualquer sintoma. Independentemente de ter sido vacinado(a) ou não, deve:

1. Ficar em casa, exceto para obter cuidados médicos. Isolar-se de outras pessoas da casa durante, pelo menos, 5 dias. Após 5 dias, pode sair de casa se:
  - Não tiver febre há, pelo menos, 24 horas sem medicação para baixar a febre e tiver tido apenas sintomas ligeiros que estão a melhorar, E
  - For capaz de continuar a usar máscara com todos os cuidados nas proximidades de outros durante mais 5 dias. Se não puder usar máscara, continue em isolamento durante mais 5 dias.
  - Esta orientação aplica-se à maioria das pessoas. Se trabalha em determinados ambientes de elevado risco, tal como assistência médica, pode ser necessário manter-se em isolamento durante mais tempo. Pergunte ao seu empregador.
2. Ligue para o seu fornecedor de cuidados de saúde o mais rapidamente possível. Pode existir tratamento disponível dependendo da sua idade e/ou das condições de saúde, e alguns tratamentos para a COVID-19 devem ser iniciados no espaço de 5 dias após o início dos sintomas. Se não tiver um fornecedor de serviços de saúde, ligue para o 211 para obter ajuda a encontrar um.
3. Informe os seus contactos e familiares próximos que testou positivo. Fazê-lo atempadamente é crucial! Eles podem tomar medidas para reduzir a propagação da COVID-19, tal como usar uma máscara nas proximidades de outras pessoas e fazer o teste. Eles podem encontrar mais informações no website de saúde pública da região ou ligar para o 211.
  - Se teve ou tem sintomas: entre em contacto com as pessoas com quem esteve em contacto próximo 2 dias antes do início dos sintomas.
  - Se não teve ou não tem sintomas: entre em contacto com as pessoas com quem esteve em contacto próximo 2 dias antes de realizar o seu teste à COVID-19.



### Como comunico um resultado de teste positivo?

Se o seu trabalho inclui interação com o público, deve informar o seu empregador para ajudar a limitar a disseminação da COVID-19. Caso contrário, não precisa de comunicar um resultado positivo de um teste caseiro a ninguém.

Se tiver dúvidas ou se precisar de apoio e quiser conversar com a saúde pública sobre o resultado positivo do seu teste, ligue ou envie um email para a Saúde Pública do Condado de Multnomah através do número 503-988-3406 ou do email [diseasereport@multco.us](mailto:diseasereport@multco.us). Eles podem ajudá-lo(a) a informar o seu empregador ou os contactos próximos, encontrar recursos para ficar em casa e responder a outras dúvidas que possa ter.

Obtenha mais informações de saúde ou ajuda relativa a isolamento e quarentena no site de Teste COVID Positivo da Autoridade de Saúde de Oregon <https://govstatus.egov.com/or-oha-covid-19-positive-test> ou ligue para a Linha Direta de Apoio ao Caso através do número 866-917-8881.

## E se o resultado for negativo?

Se se sentir doente, deve ficar em casa e distante de outras pessoas até que os seus sintomas melhorem, mesmo que o seu teste seja negativo.

Se esteve em contacto próximo com alguém com COVID-19, foi exposto ao vírus e ainda pode fazer outras pessoas adoecer. Exceto se morar ou trabalhar em alguns ambientes de elevado risco, tal como instalações de assistência médica ou certas instalações de convivência em grupo, não precisa de ficar em quarentena.

- Fique atento(a) aos sintomas durante 10 dias a contar da sua última exposição. Considere onde estará e com quem estará em proximidade. Pode continuar a proteger as pessoas com risco elevado de contrair COVID-19 grave, limitando o seu contacto pessoal ou usando uma máscara nas proximidades delas durante esses 10 dias.
- Se fez um teste caseiro, pode procurar outro teste COVID-19 através do seu médico habitual ou fazer outro teste caseiro 1 a 2 dias depois.

### Os sintomas da COVID-19 incluem:

- Febre ou arrepios
- Tosse
- Falta de ar ou dificuldade em respirar
- Fadiga
- Dores musculares ou corporais
- Dor de cabeça
- Perda repentina de paladar ou olfato
- Dores de garganta
- Nariz entupido ou congestionado
- Náuseas ou vômitos
- Diarreia

### Ligue para o 911 se tiver os seguintes sintomas graves:

- Dificuldade em respirar
- Dor ou pressão no peito ou na barriga
- Dificuldade em beber ou manter líquidos no estômago
- Confusão repentina ou incapacidade para acordar
- Lábios ou rosto acinzentados ou azulados

