



COVID-19 - Orientações de quarentena e isolamento por população

Atualização 18 de março de 2022

Público geral

- **Inclui:** empresas viradas para o cliente, pessoal de residências assistidas, pessoal de casas de acolhimento, organizações sem fins lucrativos e empresas baseadas em escritórios e institutos de ensino superior
 - **Exclui:** pessoal de hospitais e lares de idosos, residentes em ambientes de congregação (lares de idosos, residências assistidas, algumas casas de acolhimento*, estabelecimentos prisionais e abrigos)
- *Consulte o [website do Centro de Controle e Prevenção de Doenças \(CDC\)](#) para mais informações sobre a orientação em casas de acolhimento.

Precauções de isolamento e pós-isolamento para casos de COVID-19 independentemente do estado de vacinação:

Casos sintomáticos: o isolamento começa no primeiro dia do início dos sintomas (dia 0)

Casos assintomáticos: o isolamento começa no dia de um teste positivo (dia 0)

Isolamento para casos de COVID-19 (independentemente e do estado de vacinação)

Pessoa sintomática (não imunocomprometida¹)

Deve isolar-se até:

- Terem passado, pelo menos, 5 dias desde que os sintomas apareceram pela primeira vez **E**
- Terem passado, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre **E**
- Os sintomas melhoraram

Após o dia 5, até ao dia 10:

- Use uma [máscara de alta qualidade](#) junto de outros, mesmo em casa
- Não vá a locais onde não seja possível usar sempre uma máscara, como **restaurantes**
- Não [viaje](#) em transportes públicos ou aviões
- Não visite pessoas que são **imunocomprometidas** ou que estão em alto risco de doença grave, assim como **lares de idosos** e outros **ambientes de alto risco**

Pessoa sintomática (imunocomprometida¹)

Deve isolar-se até:

- Já se passaram pelo menos 10 dias e até 20 dias desde que os primeiros sintomas apareceram **E**
- Terem passado, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre **E**
- Os sintomas melhorarem **E**
- Consulte o seu prestador de cuidados de saúde

Nota: podem ser recomendados mais de 20 dias de isolamento. Consulte o seu prestador de cuidados de saúde para determinar a duração certa para o isolamento.

Pessoa assintomática (não imunocomprometida¹)

Pessoas que são não imunocomprometidas** e permanecem assintomáticas:

- O isolamento pode ser descontinuado quando passaram, **pelo menos, 5 dias** desde a data do seu primeiro teste de diagnóstico positivo

Após o dia 5, até ao dia 10:

- Use uma [máscara de alta qualidade](#) junto de outros, mesmo em casa
- Não vá a locais onde não seja possível usar sempre uma máscara, como **restaurantes**
- Não [viaje](#) em transportes públicos ou aviões
- Não visite pessoas que são **imunocomprometidas** ou que estão em alto risco de doença grave, assim como **lares de idosos** e outros **ambientes de alto risco**

Pessoa assintomática (imunocomprometida¹)

Pessoas que são imunocomprometidas** e permanecem assintomáticas:

- Ao consultar um profissional de saúde, você pode encerrar o isolamento se **pelo menos 10 dias e até 20 dias** se passaram desde a data em que você

	recebeu um teste positivo.
Trabalho durante o isolamento?	Não

Quarentena (Recomendado para aqueles que estiveram em contacto direto ² com alguém que testou positivo para a COVID-19)	
Isento de quarentena se:	<ul style="list-style-type: none"> • Tem 18 anos ou mais e recebeu todas as doses recomendadas da vacina, incluindo a dose de reforço quando elegível OU • Tem entre 5 e 17 anos e completou a série primária de uma vacina da COVID-19 OU • Foi confirmado com COVID-19 nos últimos 90 dias (testou positivo com um teste de antígeno ou PCR; exclui os testes feitos em casa). <p>Observe precauções durante 10 dias após a última exposição:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Use uma máscara de alta qualidade junto de outros • Não visite pessoas que são imunocomprometidas ou que estão em maior risco de doença grave, assim como lares de idosos e outros ambientes de alto risco. • Não viaje em transportes públicos ou aviões • Tenha atenção à febre (38 °C ou superior), tosse, falta de ar ou outros sintomas da COVID-19. Se os sintomas se desenvolverem, fique em casa e faça um teste • Teste recomendado no dia 5 • Pode ir trabalhar durante o período de 10 dias
NÃO isento de quarentena se:	<ul style="list-style-type: none"> • Tem 18 anos ou mais e completou a série primária da vacina recomendada, mas não recebeu a dose de reforço recomendada quando elegível OU • Não está vacinado ou não completou uma série primária de vacinação <p>Fique em casa durante 5 dias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quarentena em casa durante 5 dias recomendada. <p>Após o dia 5, até ao dia 10:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Use uma máscara de alta qualidade junto de outros • Não visite pessoas que são imunocomprometidas ou que estão em maior risco de doença grave, assim como lares de idosos e outros ambientes de alto risco • Não viaje em transportes públicos ou aviões • Tenha atenção à febre (38 °C ou superior), tosse, falta de ar ou outros sintomas da COVID-19. Se os sintomas se desenvolverem, fique em casa e faça um teste • Teste recomendado no dia 5 • Pode ir trabalhar nos dias 6 a 10
Se não puder usar uma máscara (isento ou não de quarentena)	<ul style="list-style-type: none"> • Recomendado ficar em casa durante 10 dias após a última exposição.
Contactos do agregado familiar com exposição contínua	<p>Se estiver isento de quarentena (as vacinas estão em dia³):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siga as precauções (descritas acima) enquanto o membro do agregado familiar está isolado, e continue com precauções durante 10 dias após a pessoa com COVID-19 terminar o isolamento <p>Se não estiver isento de quarentena (as vacinas não estão em dia⁴):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quarentena em casa assim que a pessoa com COVID-19 começa o isolamento • Continue de quarentena em casa durante 5 dias após a pessoa com COVID-19 terminar o isolamento

- Após o dia 5 e até ao dia 10, observe as precauções acima descritas

Prestadores de cuidados de saúde em hospitais e lares de idosos qualificados

Consulte a orientação seguinte do CDC para a definição de prestadores de cuidados de saúde:

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html.

As instalações podem implementar políticas mais restritivas de quarentena e isolamento.

A orientação seguinte **exclui** prestadores de cuidados de saúde que são moderada a gravemente imunocomprometidos ou que tiveram uma doença de COVID-19 grave:

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/mitigating-staff-shortages.html.

Restrições de trabalho para prestadores de cuidados de saúde com infeção de COVID-19

Consulte o documento de orientação completo aqui: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html>

Estado de vacinação	Convencional	Contingência ⁶	Crise ⁷
Dose de reforço, apenas a série primária de vacinação completa ou não vacinado ⁵	Deve isolar-se durante 10 dias OU 7 dias com um teste negativo se estiver assintomático ou ligeiramente sintomático (os sintomas estão a melhorar)	Deve isolar-se durante 5 dias com ou sem um teste negativo se estiver assintomático ou ligeiramente sintomático (os sintomas estão a melhorar) e continue a usar uma máscara adequada durante mais 5 dias	Sem restrições com considerações de priorização (por exemplo, assintomáticos ou ligeiramente sintomáticos)

Restrições de trabalho para prestadores de cuidados de saúde assintomáticos com exposições

Consulte o documento de orientação completo aqui: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html>

Estado de vacinação	Convencional	Contingência ⁶	Crise ⁷
Recebeu todas as doses recomendadas da vacina, incluindo a dose de reforço	Sem restrições de trabalho com um teste negativo realizado no dia 2 e um teste negativo realizado durante o período entre o dia 5 e 7	Sem restrições de trabalho	Sem restrições de trabalho
Completo a série primária da vacina recomendada, mas não recebeu a dose de reforço recomendada quando elegível, mesmo que nos 90 dias após a infeção anterior	Deve ficar em quarentena durante 10 dias OU 7 dias com um teste negativo	Sem restrições de trabalho com um teste negativo realizado nos dias 1, 2 ou 3 e um teste negativo realizado durante o período entre o dia 5 e 7	Sem restrições de trabalho (faça um teste, se possível)

Residentes em lares de idosos e residências assistidas

<p>Duração do isolamento</p> <p>E</p> <p>Requisitos de fim de isolamento</p>	<p>O isolamento começa no primeiro dia de sintomas (dia 0) ou, se não tiver sintomas, no dia em que seja realizado um teste positivo (dia 0).</p> <p>Pessoa sintomática (não imunocomprometida¹) Deve isolar-se até:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terem passado, pelo menos, 10 dias desde que os sintomas apareceram pela primeira vez E • Terem passado, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre E • Os sintomas melhoraram <p>Pessoa sintomática (imunocomprometida^{1,8}) Deve isolar-se até:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Já se passaram pelo menos 10 dias e até 20 dias desde que os primeiros sintomas apareceram E • Terem passado, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre E • Os sintomas melhoraram <p>Pessoa assintomática (não imunocomprometida¹)</p> <ul style="list-style-type: none"> • O isolamento pode ser descontinuado quando passaram, pelo menos, 10 dias desde a data do seu primeiro teste de diagnóstico positivo <p>Pessoa assintomática (imunocomprometida^{1,8}) Pessoas que são imunocomprometidas** e permanecem assintomáticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ao consultar um profissional de saúde, você pode encerrar o isolamento se pelo menos 10 dias e até 20 dias se passaram desde a data em que você recebeu um teste positivo
<p>Quarentena durante 10 dias</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A quarentena não é necessária se a vacinação contra a COVID-19 do residente estiver em dia³ • Se possível, fique em quarentena desde o último dia de contacto/exposição a um caso num quarto separado • Quarentena após alta hospitalar (não consultas do serviço de urgência) ou se foi recentemente admitido na unidade se a vacinação NÃO está em dia⁴ • A quarentena pode ser reduzida para 7 dias se um teste no 5º dia for negativo
<p>Testagem de supervisão e surto</p>	<ul style="list-style-type: none"> • O RIDOH já não recomenda testagem de supervisão de rotina em lares de idosos e residências assistidas em Rhode Island por não se encontrar num período de alta transmissão. Consulte as orientações dos Centros de serviços Medicare e Medicaid para obter mais informações. • Depois de testar positivo, não é recomendada uma nova testagem durante os próximos 90 dias

Outros residentes dos centros de cuidados congregados

(Residentes de abrigos para sem-abrigo, casas de acolhimento, estabelecimentos prisionais, centros de detenção e escolas de formação)

Duração do isolamento	O isolamento começa no primeiro dia de sintomas (dia 0) ou, se não tiver sintomas, no dia em que seja realizado um teste positivo (dia 0).
E	Pessoa sintomática (não imunocomprometida¹) Deve isolar-se até: <ul style="list-style-type: none">• Terem passado, pelo menos, 10 dias desde que os sintomas apareceram pela primeira vez E• Terem passado, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre E• Os sintomas melhoraram
Requisitos de fim de isolamento	Pessoa sintomática (imunocomprometida^{1,8}) Deve isolar-se até: <ul style="list-style-type: none">• Já se passaram pelo menos 10 dias e até 20 dias desde que os primeiros sintomas apareceram E• Terem passado, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre E• Os sintomas melhoraram Pessoa assintomática (não imunocomprometida¹) <ul style="list-style-type: none">• O isolamento pode ser descontinuado quando passaram, pelo menos, 10 dias desde a data do seu primeiro teste de diagnóstico positivo Pessoa assintomática (imunocomprometida^{1,8}) Pessoas que são imunocomprometidas** e permanecem assintomáticas: <ul style="list-style-type: none">• Ao consultar um profissional de saúde, você pode encerrar o isolamento se pelo menos 10 dias e até 20 dias se passaram desde a data em que você recebeu um teste positivo
Isento de quarentena se:	<ul style="list-style-type: none">• Tem 18 anos ou mais e recebeu todas as doses recomendadas da vacina, incluindo a dose de reforço quando elegível OU• Tem entre 5 e 17 anos e completou a série primária de uma vacina da COVID-19 OU• Foi confirmado com COVID-19 nos últimos 90 dias (testou positivo com um teste de antígeno realizado em laboratório ou PCR; exclui os testes feitos em casa). Observe as precauções durante 10 dias após a última exposição: <ul style="list-style-type: none">• Use uma máscara de alta qualidade junto de outros• Não visite pessoas que são imunocomprometidas ou que estão em maior risco de doença grave, assim como lares de idosos e outros ambientes de alto risco• Não viaje em transportes públicos ou aviões• Tenha atenção à febre (38 °C ou superior), tosse, falta de ar ou outros sintomas da COVID-19. Se os sintomas se desenvolverem, fique em casa e faça um teste• Teste recomendado no dia 5• Pode ir trabalhar durante o período de 10 dias
NÃO isento de quarentena se:	<ul style="list-style-type: none">• Tem 18 anos ou mais e completou a série primária da vacina recomendada, mas não recebeu a dose de reforço recomendada quando elegível OU• Não está vacinado ou não completou uma série primária de vacinação Deve fazer quarentena durante 5 dias: Após o dia 5, até ao dia 10: <ul style="list-style-type: none">• Use uma máscara de alta qualidade junto de outros• Não visite pessoas que são imunocomprometidas ou que estão em maior risco de doença grave, assim como lares de idosos e outros ambientes de alto risco

	<ul style="list-style-type: none"> • Não viaje em transportes públicos ou aviões • Tenha atenção à febre (38 °C ou superior), tosse, falta de ar ou outros sintomas da COVID-19. Se os sintomas se desenvolverem, fique em casa e faça um teste • Teste recomendado no dia 5 • Pode ir trabalhar nos dias 6 a 10
Testagem de supervisão e surto	<ul style="list-style-type: none"> • Testagem de supervisão e testagem durante um surto, conforme recomendado pelo RIDOH • Depois de testar positivo, não é recomendada uma nova testagem durante os próximos 90 dias
Onde fazer o teste	Os testes podem ser marcados ligando para o RIDOH através do 401-222-8022.
<p>1 O CDC define "imunocomprometido" como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estar atualmente a receber quimioterapia para cancro • Estar a menos de um ano de receber uma célula estaminal hematopoiética ou um transplante de órgãos sólidos • Ter uma infecção por HIV não tratada com contagem de linfócitos CD4 T inferior a 200 • Imunodeficiência primária (IP) • Tomar medicamentos imunossupressores (por exemplo, medicamentos para suprimir a rejeição de órgãos transplantados ou para tratar condições reumatológicas, como micofenolato e rituximab) • Tomar mais de 20 mg de prednisona por dia, durante mais de 14 dias • Outra(s) condição(ões) determinada(s) pelo prestador de cuidados de saúde <p>2 Contacto direto significa estar a menos de dois metros de alguém durante um total cumulativo igual ou superior a 15 minutos durante um período de 24 horas.</p> <p>3 Vacinação da COVID-19 atualizada:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tem 18 anos ou mais e recebeu todas as doses recomendadas da vacina, incluindo a dose de reforço ou; • Tem entre 5 e 17 anos e completou a série primária de vacinas da COVID-19 ou; • Foi confirmado com COVID-19 nos últimos 90 dias (testou positivo com um teste viral) <p>4 Vacinação da COVID-19 NÃO atualizada:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tem 18 anos ou mais e completou a série primária da vacina recomendada, mas não recebeu a dose de reforço recomendada quando elegível • Recebeu a vacina de dose única da Johnson & Johnson (completando a série primária) há mais de 2 meses e não recebeu a dose de reforço recomendada • Não está vacinado ou não completou uma série primária de vacinação <p>5 Todos os profissionais de saúde são obrigados a serem vacinados contra a COVID-19 desde o dia 1 de outubro de 2021, a menos que seja aplicável uma isenção médica.</p> <p>6 O pessoal de contingência significa que se prevê uma escassez de pessoal nas unidades de saúde. Estas instalações, em colaboração com os recursos humanos e os serviços de saúde no trabalho, deverão utilizar estratégias de capacidade de contingência para planear e preparar a mitigação deste problema.</p> <p>7 O pessoal de crise significa que já não há pessoal suficiente para prestar cuidados seguros aos pacientes/residentes.</p> <p>8 Consulte o seu prestador de cuidados de saúde sobre quando pode voltar a estar com outras pessoas.</p>	