COVID-19 Orientações de quarentena e isolamento por população

Atualizado a 7 de janeiro de 2022

<table>
<tr><td colspan="2">Público geral
Inclui, mas não se limita a:
• Empresas orientadas para o cliente/consumidor, pessoal de unidades de prestação de assistência, pessoal de casas de acolhimento, organizações sem fins lucrativos e empresas baseadas em escritórios
• Institutos de ensino superior
<u>Exclui:</u>
• Pessoal de hospitais e lares de idosos
• Residentes em ambientes de congregação (lares de idosos, unidades de prestação de assistência, casas de acolhimento, casas de correção, abrigos)
• Pessoas imunocomprometidas
• Ensino básico e creches</td></tr>
<tr><td colspan="2">Precauções de isolamento e pós-infeção
(para aqueles que têm ou pensam que têm COVID-19, independentemente do estado de vacinação)
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)</td></tr>
<tr><td colspan="2">• 10 dias de precauções acrescidas
• Fique em casa e isole-se durante, pelo menos, 5 dias, mesmo que não tenha quaisquer sintomas
• Pode sair de isolamento após 5 dias se:
  ○ não tiver sintomas ou os seus sintomas tiverem melhorado e;
  ○ não tiver febre durante 24 horas, sem utilizar medicação para reduzir a febre e;
  ○ não teve uma doença grave
• Utilize uma máscara adequada quando estiver rodeado de outras pessoas, mesmo em casa, durante mais 5 dias</td></tr>
<tr><td>Se puder sair de isolamento após 5 dias, tome precauções adicionais durante mais 5 dias (dias 6–10)</td><td>•Evite locais onde não seja possível usar sempre uma máscara, como restaurantes
•Evite viajar até 10 dias após o dia do seu teste positivo
•Evite pessoas que são imunocomprometidas ou que estão em alto risco de doença grave, assim como lares de idosos e outros ambientes de alto risco, até ao fim de, pelo menos, 10 dias</td></tr>
<tr><td>Se não puder usar uma máscara ou tiver tido uma doença moderada ou grave</td><td>• Isole-se durante 10 dias</td></tr>
</table>

Quarentena e precauções adicionais - vacinação atualizada (Para aqueles que estiveram em contacto próximo[1] com alguém que testou positivo para COVID-19)	

Não precisa de ficar em quarentena se a sua vacinação estiver atualizada:
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 uma vacina da COVID-19
OU
Esteve infetado com COVID-19 (confirmado) nos últimos 90 dias (testou positivo com um teste de antigénio ou PCR).
	Tome as seguintes precauções adicionais:
	• Utilize uma máscara adequada quando estiver rodeado de outras pessoas durante 10 dias
	  ○ Se não puder usar uma máscara:
	  ▪ Evite pessoas que são imunocomprometidas ou que estão em maior risco de doença grave, assim como lares de idosos e outros ambientes de alto risco.
	  ▪ Evite viajar durante 10 dias
	• Faça um teste no dia 5, se possível
	• Se os sintomas se desenvolverem, fique em casa e faça um teste

Quarentena e precauções adicionais - vacinação não atualizada (Para aqueles que estiveram em contacto próximo[2] com alguém que testou positivo para COVID-19)	
A sua vacinação não está atualizada se: Tem 18 anos ou mais e completou a série primária da vacina recomendada, mas não recebeu a dose de reforço recomendada quando elegível OU 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 OU Não está vacinado ou não completou uma série primária de vacinação	**Deve ficar em quarentena durante, pelo menos, 5 dias:** • Continue a usar uma máscara adequada durante mais 5 dias após a quarentena • Faça um teste no dia 5 ou depois, se possível • Se os sintomas se desenvolverem, fique em casa e faça um teste **Dias 0–10:** • Evite pessoas que são imunocomprometidas ou que estão em alto risco de doença grave, assim como lares de idosos e outros ambientes de alto risco • Se possível, mantenha-se afastado das pessoas com quem vive, especialmente de pessoas que estão em maior risco por ficarem muito doentes com a COVID-19 • Evite viajar durante 10 dias • Tenha atenção à febre (38 °C ou superior), tosse, falta de ar ou outros sintomas da COVID-19 • Utilize uma máscara adequada quando estiver rodeado de outras pessoas, em casa e em público
Se não puder usar uma máscara	• Fique em quarentena durante 10 dias

[1] Contacto próximo 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

[2] Contacto próximo 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

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

Consulte o documento de orientação do CDC para a definição de prestadores de cuidados de saúde:
https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html
As instalações podem implementar políticas mais restritivas de quarentena e isolamento

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[3]	Crise[4]
Dose de reforço, apenas a série primária de vacinação completa ou não vacinado[5]	Isole-se durante 10 dias OU 7 dias com um teste negativo se estiver assintomático ou ligeiramente sintomático (os sintomas estão a melhorar)	Isole-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	Crise
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
Apenas a série primária de vacinação completa ou não vacinado, mesmo que no prazo de 90 dias após uma infeção anterior	Fique 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)

Nota: após a alteração da categoria de pessoal (por exemplo, de “contingência” para “crise”), as instalações de saúde devem notificar o Departamento de Saúde de Rhode Island (RIDOH), informando o Centro de Regulamentação para Instalações de Saúde. Além disso, os hospitais e centros de cuidados qualificados que passam de pessoal de contingência para pessoal de crise devem publicar o estado do seu pessoal, bem como uma explicação, nos seus websites ou noutras áreas abertas ao público.

---

[3] 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.
[4] O pessoal de crise significa que já não há pessoal suficiente para prestar cuidados seguros aos pacientes/residentes.
[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.

Residentes em lares de idosos e unidades de prestação de assistência	
Fique em quarentena durante 14 dias	• Se possível, fique em quarentena desde o último dia de contacto/exposição a um caso numa sala separada. O residente deve ficar em quarentena mesmo que a sua vacinação da COVID-19 esteja atualizada,* após ter alta hospitalar, ou se tiver sido recentemente admitido nas instalações • A quarentena não é necessária se a vacinação contra a COVID-19 do residente estiver atualizada* e se este não tiver tido uma exposição de contacto próximo nem tiver viajado nos últimos 14 dias
Duração do isolamento **-E-** **Requisitos de fim de 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)** **Não imunocomprometido**** Isole-se durante, **pelo menos, 10 dias,** até: • Passaram, pelo menos, 10 dias desde que os sintomas apareceram pela primeira vez **E** • Passaram, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre **E** • Os sintomas melhoraram **Imunocomprometido**** Isole-se durante, **pelo menos, 20 dias,** até: • Passaram, pelo menos, 20 dias desde que os sintomas apareceram pela primeira vez **E** • Passaram, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre **E** • Os sintomas melhoraram
Testagem de supervisão e surto	• 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

* Vacinação da COVID-19 não atualizada:

- 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

^ Vacinação da COVID-19 atualizada:

- 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;
- Esteve infetado com COVID-19 (confirmado) nos últimos 90 dias (testou positivo com um teste viral)

**O CDC define "imunocomprometido" como:

- 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 infeção por HIV não tratada com contagem de linfócitos CD4 T inferior a 200
- Imunodeficiência primária (PI)
- 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

^^ Consulte o seu prestador de cuidados de saúde sobre quando pode voltar a estar perto de outras pessoas

Outros residentes do centro de cuidados congregados (Residentes de abrigos para sem-abrigo, casas de acolhimento, estabelecimentos prisionais, centros de detenção e escolas de formação)	
Duração da quarentena de COVID-19 **(Vacinação não atualizada*)**	• **5 dias** desde o último dia de contacto/exposição ao caso • **Preste sempre atenção a sintomas durante um total de 14 dias após a exposição** • Se possível, fique em quarentena numa sala separada • As instalações podem optar por colocar em quarentena os residentes recém-admitidos, bem como os residentes que regressem após alta hospitalar ou de serviço de urgência. Os residentes totalmente vacinados* não precisam de ficar em quarentena se não houver exposição de contacto próximo nem tiverem viajado nos últimos 14 dias. **Em abrigos e instalações para os sem-abrigo, onde a adesão à quarentena é um desafio:** • Os residentes devem usar um revestimento de rosto de pano ou uma máscara em todos os momentos, como tolerado • Implementar o melhor distanciamento físico possível • Realizar uma monitorização diligente de sintomas
Duração da quarentena de COVID-19 **(Vacinação atualizada^)**	Quarentena não necessária, mas recomendam-se as precauções adicionais abaixo • Utilize uma máscara adequada quando estiver rodeado de outras pessoas durante 10 dias • Deve fazer um teste no dia 5, se possível • Se os sintomas se desenvolverem, isole-se e faça um teste
Duração do isolamento **-E-** **Requisitos de fim de 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)** **Não imunocomprometido**** Isole-se durante, **pelo menos, 10 dias,** até: • Passaram, pelo menos, 10 dias desde que os sintomas apareceram pela primeira vez **E** • Passaram, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre **E** • Os sintomas melhoraram **Imunocomprometido** ^** Isole-se durante, **pelo menos, 20 dias,** até: • Passaram, pelo menos, 20 dias desde que os sintomas apareceram pela primeira vez **E** • Passaram, pelo menos, 24 horas desde a última vez que teve febre, sem medicação para reduzir a febre **E** • Os sintomas melhoraram
Testagem de supervisão e surto	• 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 organizados pelo RIDOH. Ligue para o 401-222-8022.

* Vacinação da COVID-19 não atualizada:

- 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

^ Vacinação da COVID-19 atualizada

- 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;
- Esteve infetado com COVID-19 (confirmado) nos últimos 90 dias (testou positivo com um teste viral)

** O CDC define “imunocomprometido” como:

- 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 infeção por HIV não tratada com contagem de linfócitos CD4 T inferior a 200
- Imunodeficiência primária (PI)
- 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

^^ Consulte o seu prestador de cuidados de saúde sobre quando pode voltar a estar perto de outras pessoas