

FOLHETO INFORMATIVO CASO SUSPEITO



- INFORMAÇÃO CASO SUSPEITO COVID-19 -

Caro utente,

O médico que o consultou considera que **tem critérios clínicos para ser um caso suspeito de COVID-19**.

No entanto, felizmente, **não tem critérios de gravidade** que impliquem necessidade de internamento hospitalar, **podendo permanecer em casa**, com o apoio da sua equipa de saúde.

Por favor **siga escrupulosamente as seguintes indicações:**

- Até ter o resultado do teste COVID-19, **mantenha-se em isolamento** no seu domicílio, para não contagiar a sua família nem a comunidade.

No **folheto da DGS** em anexo encontram-se detalhados os procedimentos que deve seguir

- Se o seu **teste COVID foi realizado na ADR**, o resultado irá para o seu e-mail no prazo de 3 dias úteis;
- Se o seu teste **não foi realizado na ADR - Marque o seu teste COVID**, usando a credencial enviada para o seu telemóvel/e-mail, num dos seguintes laboratórios. O teste é gratuito. A colheita poderá feita no domicílio, mediante pagamento.

Germano de Sousa	Rua Capitão Leitão, nº74 C - 2800-136 Almada	932007691	covid19.almada@germanodesousa.com	2ª a 6ª feira e sábados: 14H às 18H; Domingos e feriados: Encerrado
Germano de Sousa	Rua Quinta Nossa Senhora Monte Sião, n.º1, Torre da Marinha 2840-614 Seixal	931393886	covid19.seixal@germanodesousa.com	De 2ª a 6ª feira: 14H às 18H; Sábados, domingos e feriados: Encerrado
Labocentro	Rua da Igreja, Lote 893 R/C A 2865-067 Fernão Ferro (faz domicílios)	210129276 961773477	covid19@clarasaude.pt geral@labocentro.pt	De 2ª a 6ª feira: 07H30 às 11H30; Sábados: 08H às 11H; Domingos/feriados: Fechado
Labocentro	Rua Cabo da Boa Esperança, 17 A 2805-109 Almada (faz domicílios)	210129276 961773477	covid19@clarasaude.pt geral@labocentro.pt	De 2ª a 6ª feira: 07H às 11H; Sábados: 08H às 11H; Domingos/feriados: Fechado
Dr. Joaquim Chaves	Praça Latino Coelho, 4 A 2855-501 Corroios (faz domicílios)	214124300	geral@jcs.pt	De 2ª a 6ª feira: 12H30 às 16; Sábados, domingos e feriados: Encerrado
Unilabs	Parque de Estacionamento do Complexo Desportivo Carla Sacramento; 2845-547 Amora	220 125 001	https://www.unilabs.pt/unidade/drive-thru-seixal	Atendimento: 2ª a 6ª 09:00 - 18:00 Testes: 2ª a 6ª 9h-18h

Germano de Sousa	Rua da Escola Primária, 1, Fração A, Fogueteiro 2845-156 Amora	218 001 247 917 568 889	-	Dias úteis 8h-13h / 14h30-19h30; Sábados 8h - 12h Colheitas: dias úteis 8h-12h, Sábados 8h-11h
Clidiral Amora	Rua das Flores, 8, A e D 2645-367 Amora - Seixal	808 100 022	https://www.unilabs.pt/unidade/unilabs-seixal-clidiral-amora	Atendimento: 2ª a 6ª 7h30 – 20h; Sábado: 8h – 12h Testes: 2ª a 6ª 14h – 17h

- **Vigie diariamente os seus sintomas**, nomeadamente febre (temperatura axilar >38°C), tosse, falta de ar. Se notar **agravamento**, por favor contacte:
 - **Call-Center COVID-19 Almada-Seixal**
Dias úteis (9-16h): Almada- **966518259** ou Seixal- **966517816**
 - **SNS24: 808 24 24 24** (24h/dia) – fora do horário do Call Center
 - **112** (24h/dia) – em caso de agravamento súbito dos sintomas e impossibilidade de contactar os dois anteriores
- **Quando receber o resultado do seu teste**, deverá enviá-lo para o e-mail da sua Unidade de Saúde (USF ou UCSP).
- Caso o seu teste seja **“Negativo”** ou **“Não detetado”**, poderá **terminar o isolamento**, não necessitando de nenhuma declaração médica para o fazer;
- Caso o seu teste seja **“Positivo” “Detetado”** ou **“Inconclusivo”**, **mantenha-se em isolamento**. Será contactado telefonicamente para reavaliação e orientação (poderá ser através de número anónimo);
- Em caso de **necessidade de Apoio Social**, contacte:
 - Apoio Social Almada: 800 102 040
 - Apoio Social Seixal: 800 208 875
- Em caso de dúvidas relacionadas com **isolamento profilático, rastreio de contactos, risco para a saúde pública**, por favor contacte a **Unidade de Saúde Pública**: usp.almadaseixal@arslvt.min-saude.pt. (Não contacte o Call Center COVID 19, que se destina apenas a doentes com infeção pelo Coronavírus, suspeita ou confirmada)

Muito obrigado pela sua colaboração!
Juntos vamos vencer a pandemia!

Com votos de rápidas melhoras,

A equipa de saúde do Agrupamento de Centros de Saúde de Almada e Seixal

(ACeS Almada-Seixal)

CONTATOS DAS UNIDADES

ACeS ALMADA/SEIXAL

ALMADA		
USF SÃO JOÃO DO PRAGAL	924 204 318 212 725 530	usf.pragal@arslvt.min-saude.pt
USF ALMADA	924 204 089 212 728 833/34	usf.almada@arslvt.min-saude.pt
USF CHARNECA DO SOL	924 204 340 212 978 710	usf.charnecasol@arslvt.min-saude.pt
USF NOVA CAPARICA	924 204 293 212 978 700	usf.novacaparica@arslvt.min-saude.pt
USF COSTA DO MAR	924 204 261 212 918 510	usf.costamar@arslvt.min-saude.pt
UCSP STO ANTÓNIO LARANJEIRO	924 204 212 212 508 340	ucsp.st.ant.laranjeiro@arslvt.min-saude.pt
UCSP RAINHA DONA LEONOR	924 204 323 212 728 800	ucsp.rd.leonor@arslvt.min-saude.pt
USF SOBREDA	924 204 291 212 947 010	usf.sobreda@arslvt.min-saude.pt
USF POENTE	924 204 351 212 945 858	usf.poente@arslvt.min-saude.pt
USF VISTA TEJO	924 204 535 212 946 960/1	usf.vistatejo@arslvt.min-saude.pt
USF COVA DA PIEDADE	924 204 423 212 738 410	usf.cpiedade@arslvt.min-saude.pt
USF FEIJÓ	924 153 625 212 586 762	usf.feijo@arslvt.min-saude.pt
SEIXAL		
UCSP AMORA	924153737 212 274 200	ucsp.amora@arslvt.min-saude.pt
UCSP CORROIOS	924153430 212 548 350/54/55	ucsp.corroios@arslvt.min-saude.pt
USF AMORA SAUDÁVEL	924153761 212 274 230/31	usf.amorasaudavel@arslvt.min-saude.pt
USF CSI SEIXAL	924153799 212 274 812	usf.csiseixal@arslvt.min-saude.pt
USF CUIDAR SAÚDE	924153699 212 277 191	usf.cuidarsaude@arslvt.min-saude.pt
USF FF MAIS	924153774 212 128 230	usf.ffmais@arslvt.min-saude.pt
USF PINHAL DOS FRADES	924153886 212 260 070	usf.pinhalfrades@arslvt.min-saude.pt
USF ROSINHA	924153589 212 273 500	usf.rosinha@arslvt.min-saude.pt
USF SERVIR SAÚDE	924153576 212 556 400	usf.servirsaude@arslvt.min-saude.pt
USF TORRE DA MARINHA	924153694	usf.torre@arslvt.min-saude.pt

NOVO CORONAVÍRUS | COVID-19

DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO

Se existir uma determinação de isolamento profilático pela Autoridade de Saúde, **deve ficar em casa com restrição social, sendo contactado diariamente pela Autoridade de Saúde Local.**

RECOMENDAÇÕES PARA ISOLAMENTO EM CASA

1 - PERMANEÇA EM CASA

Não se dirija ao trabalho, à escola ou a espaços públicos, nem utilize transportes públicos ou táxis, até acabar o período de isolamento. Deve pedir ajuda ou efetuar pedidos por telefone se necessitar de mantimentos, compras ou medicamentos – a entrega deve ser deixada no exterior da casa, sem haver contacto com estafeta.

2 - MANTENHA-SE SEPARADO/A DE OUTRAS PESSOAS EM CASA

Se não viver sozinho, deve promover o distanciamento das outras pessoas com quem partilha a casa. Tenha um quarto, e se possível, uma casa de banho só para si. Se não tiver casa de banho separada, não partilhe artigos de higiene pessoal, o sabonete ou a toalha. Use um sabonete exclusivo para si ou sabão líquido e tome por último.

Se estiver numa **residência partilhada**, com espaços comuns deve permanecer no seu quarto, com porta fechada, saindo apenas quando necessário e colocando uma máscara. Evite utilizar espaços comuns com outras pessoas presentes, incluindo refeições.

3 - CONTACTE A AUTORIDADE DE SAÚDE

Caso desenvolva sintomas, ou se por motivos de força maior, precisar de sair de casa, ligue sempre primeiro ao profissional de saúde que o acompanha e siga as indicações que lhe forem dadas.

4 - UTILIZE UMA MÁSCARA, APENAS SE RECOMENDADO

Deve utilizar máscara quando estiver com outras pessoas e quando visitar um médico, **caso lhe tenha sido recomendado**. Caso não possa usar uma máscara, as pessoas com quem vive devem usar quando estiverem na mesma divisão.

NOVO CORONAVÍRUS | COVID-19

DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO

5 – LAVE AS MÃOS REGULARMENTE

Lave as mãos e/ou ajude a pessoa de quem está a cuidar a lavar as mãos. Isto deve ser feito **frequentemente e com água e sabão** durante, pelo menos, 20 segundos, secando bem as mãos. **Evite tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos.**

6 – PROTEJA AS PESSOAS À SUA VOLTA

Tape a boca e o nariz com um lenço descartável quando tossir ou espirrar. Deite no lixo os lenços de papel e lave imediatamente as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos, secando-as bem. Se usar o braço, lave-o de seguida. Não use as mãos.

7 – EVITE PARTILHAR ITENS DOMÉSTICOS

Não deve partilhar pratos, copos, chávenas, utensílios de cozinha, toalhas, lençóis ou outros itens com pessoas que vivam na sua casa. Após a utilização desses itens, **lave-os com água e sabão** ou **máquina de lavar loiça** a temperaturas elevadas (70-90°C).

8 – MONITORIZAÇÃO DOS SEUS SINTOMAS

Registe a sua temperatura corporal duas vezes por dia. **Ligue à Autoridade de Saúde se desenvolver sintomas.**

9 – NÃO RECEBA VISITAS EM CASA

Apenas deve frequentar a sua casa quem viver na mesma. **Não convide nem permita que outras pessoas entrem em sua casa durante o período de isolamento.** Caso seja urgente falar com alguém que não viva consigo, faça-o por telefone.

10 – SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA

O combate à transmissão do vírus, requer que toda a comunidade adira às medidas recomendadas. É importante a adesão e promoção das medidas por **todos**.