

Ferramenta de rastreio na escola, creche e no jardim de infância

Última versão: 31 de agosto de 2022

Data (mm-dd-aaaa) _____

Se o indivíduo a ser rastreado for imunocomprometido¹ ou viver num ambiente coletivo de cuidados de alto risco (por exemplo, um hospital escola, um Programa de Parceria de Educação e Comunidade), esta não é a ferramenta correta de rastreio. Pode encontrar a ferramenta correta em <https://covid-19.ontario.ca/school-screening>.

Os funcionários, os estudantes, as crianças e os visitantes devem fazer o rastreio todos os dias antes de irem para a escola ou para o jardim de infância/a creche. O(s) progenitor(es)/tutor(es) podem preencher este documento em nome de uma criança ou de um estudante.

Quem se sentir doente ou tiver sintomas novos ou piorados de doença, incluindo os não listados nesta ferramenta de rastreio, deve ficar em casa até os seus sintomas estarem a melhorar durante pelo menos 24 horas (ou 48 horas para náusea, vômitos e/ou diarreia) e procurar avaliação pelo seu prestador de cuidados de saúde, se necessário.

Perguntas de Rastreio

Para as perguntas 1, 2 e 3, pode escolher "Não" a todos os sintomas se **os seguintes** se aplicarem:

- Os seus sintomas tiverem estado a melhorar durante, pelo menos, 24 horas (48 horas se teve náusea, vômitos e/ou diarreia) e
- Se não tiver febre.

1. Tem algum destes sintomas?

Escolha todos os que forem novos, estejam a piorar e não estejam relacionados com outras causas ou condições conhecidas.

Febre e/ou arrepios	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
Tosse Não relacionada com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, doença pulmonar obstrutiva crónica)	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
Respiração ofegante Não relacionada com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, asma, doença pulmonar obstrutiva crónica, insuficiência cardíaca crónica)	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
Diminuição ou perda de paladar ou olfato Não relacionadas com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, pólipos nasais, alergias, desordens neurológicas)	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não

Se respondeu NÃO a todas, passe para a pergunta seguinte.

1. Exemplos de **compromisso imunitário** incluem a quimioterapia para o cancro, infeção VIH não tratada com contagem de linfócitos T CD4 inferior a 200, desordem de imunodeficiência primária combinada, a tomar mais de 20 mg/dia (ou equivalente) de prednisona durante mais de 14 dias e a tomar outros medicamentos imunossupressores. Para esta ferramenta de rastreio, fatores como a terceira idade, os diabetes e a doença renal em estado final, não são, geralmente, considerados imunocomprometidos.

Se respondeu SIM a quaisquer dos sintomas na pergunta 1, não vá à escola, à creche ou ao jardim de infância e:

- Fique em casa (autoisole-se) e não frequente a escola, o jardim de infância ou a creche até não ter febre e os seus sintomas tiverem estado a melhorar durante, pelo menos, 24 horas (48 horas para náusea, vômitos e/ou diarreia). Não saia de casa exceto para ser testado, ir a um centro de avaliação médica ou para uma emergência médica. Se tiver sintomas graves, como dor no peito ou dificuldade em respirar, vá ao departamento de emergência mais próximo.
- Se o teste à COVID-19 estiver disponível e estiver num risco mais elevado de doença grave, deve fazer o teste com um teste PCR ou um teste molecular rápido (se elegível) ou 2 testes rápidos de antigénios efetuados 24 a 48 horas entre si (o segundo teste não é necessário se o primeiro for positivo).
- Se estiver num risco mais elevado de doença grave, deve ser testado logo que possível dado o período de tempo para receber tratamento contra a COVID-19. Pode beneficiar de terapias disponíveis para evitar a doença grave. Neste momento, um resultado positivo de um teste rápido de antigénio é suficiente para iniciar o tratamento contra a COVID-19, para quem for elegível, e não necessita de ser confirmado por um teste PCR ou teste molecular rápido. Saiba mais sobre os testes à, e opções de tratamento da COVID-19 em <https://covid-19.ontario.ca/covid-19-clinical-assessments-and-testing>.
- Precauções adicionais durante 10 dias após os seus sintomas terem começado:
 - use uma máscara bem aplicada em todos os ambientes públicos (incluindo a escola, o jardim de infância e a creche)
 - evite atividades não essenciais em que precisa de tirar a sua máscara (por exemplo, tocar um instrumento de sopro na aula de música ou retirar a máscara em desportos, jantar fora)
 - evite visitar alguém que seja imunocomprometido ou possa estar num risco mais elevado de doença (por exemplo, idosos)
 - evite visitas não essenciais a ambientes de risco mais elevado, tais como hospitais e casas de cuidados de longo termo

Nota: Para quem tiver resultados negativos dos testes à COVID-19, estas precauções adicionais podem ser uma camada adicional de prevenção contra a propagação da COVID-19 e de outros vírus respiratórios a circular na comunidade.

- Os irmãos e outras pessoas com quem vive devem fazer o seguinte durante 10 dias após a última exposição à pessoa com sintomas de COVID-19:
 - vigiar os sintomas. Devem autoisolar-se imediatamente se tiverem quaisquer sintomas de COVID-19 e procurar fazer o teste, se elegíveis.
 - usar uma máscara bem aplicada em todos os ambientes públicos (incluindo a escola, o jardim de infância e a creche)
 - evitar atividades não essenciais em que precisa de tirar a sua máscara (por exemplo, tocar um instrumento de sopro na aula de música ou retirar a máscara em desportos, jantar fora)
 - evitar visitar alguém que seja imunocomprometido ou possa estar num risco mais elevado de doença (por exemplo, idosos)
 - evitar visitas não essenciais a ambientes de risco mais elevado, tais como hospitais e casas de cuidados de longo termo

Nota: Independentemente dos resultados negativos dos testes à COVID-19, estas medidas podem ser uma camada adicional de prevenção contra a propagação da COVID-19 e de outros vírus respiratórios a circular na comunidade.

- Hoje, não precisa de rever as outras perguntas constantes nesta ferramenta. Siga a ferramenta de rastreio todos os dias antes de ir para a escola, o jardim de infância ou a creche.

2. Tem algum destes sintomas?

Escolha todos os que forem novos ou estejam a piorar e não estejam relacionados com outras causas ou condições conhecidas que já tinha.

Dores nos músculos ou nas articulações

Não relacionadas com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, tomar uma vacina contra a COVID-19 e/ou contra a gripe nas últimas 48 horas, osteoartrite, fibromialgia)

Sim Não

Cansaço extremo Sim Não

Sensação geral de não estar bem, falta de energia, não relacionadas com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, tomar uma vacina contra a COVID-19 e/ou contra a gripe nas últimas 48 horas, depressão, insónia, disfunção da tiroide, anemia, malignidade)

Garganta inflamada Sim Não

Dor a engolir ou dificuldade de engolir, não relacionada com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, gotejamento pós-nasal, refluxo gastroesofágico)

Nariz com prurido, entupido/congestionado Sim Não

Não relacionadas com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, alergias sazonais, estar no exterior ao frio, sinusite crónica)

Dor de cabeça Sim Não

Não relacionada com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, tomar uma vacina contra a COVID-19 e/ou contra a gripe nas últimas 48 horas, dores de cabeça do tipo tensão, enxaquecas)

Náusea, vômitos e/ou diarreia Sim Não

Não relacionadas com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, vômitos transitórios devidos a ansiedade nas crianças, disfunção vestibular crónica, síndrome do intestino irritável, doença inflamatória intestinal, efeitos colaterais de medicamentos)

Se respondeu NÃO a todas, passe para a pergunta seguinte.

Se respondeu SIM a dois, ou mais, sintomas na pergunta 2, siga as instruções em “se disse SIM a qualquer sintoma na pergunta 1”.

Se respondeu SIM a apenas um sintoma na pergunta 2, não vá à escola, à creche ou ao jardim de infância e:

- Fique em casa até o(s) seu(s) sintoma(s) estarem a melhorar há, pelo menos, 24 horas (ou 48 horas se teve náusea, vômitos ou diarreia), desde que não tenha febre.
- Os irmãos e as outras pessoas com quem vive não têm de ficar em casa, desde que não tenham sintomas.
- Hoje, não precisa de rever as outras perguntas constantes nesta ferramenta. Siga a ferramenta de rastreio todos os dias antes de ir para a escola, o jardim de infância ou a creche.

3. Tem algum destes sintomas?

Escolha todos os que forem novos ou estejam a piorar e não estejam relacionados com outras causas ou condições conhecidas que já tinha.

Dores abdominais Sim Não

Não relacionadas com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, cólicas menstruais, doença do refluxo gastroesofágico)

Conjuntivite Sim Não

Não relacionada com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, blefarite, terçol recorrente)

Apetite diminuído ou perda de apetite (apenas em crianças muito novas) Sim Não

Não relacionadas com outras causas ou condições conhecidas (por exemplo, ansiedade, prisão de ventre)

Se respondeu NÃO a todas, passe para a pergunta seguinte.

Se respondeu SIM a quaisquer dos sintomas na pergunta 3, não vá à escola, à creche ou ao jardim de infância e:

- Fique em casa até o(s) seu(s) sintoma(s) estarem a melhorar há, pelo menos, 24 horas.
- Os irmãos e as outras pessoas com quem vive não têm de ficar em casa, desde que não tenham sintomas.
- Hoje, não precisa de rever as outras perguntas constantes nesta ferramenta. Siga a ferramenta de rastreio todos os dias antes de ir para a escola, o jardim de infância ou a creche.

4. Foi-lhe dito que, agora, devia estar em quarentena, isolamento, em casa ou sem frequentar a escola, o jardim de infância ou a creche? Sim Não

Pode incluir ser dito por um médico, prestador de cuidados de saúde, unidade de saúde pública, agente federal de fronteira ou outra autoridade governamental.

Por favor, note que há requisitos federais (<https://travel.gc.ca/travel-covid>) para indivíduos que viajaram para fora do Canadá, mesmo se isentos de quarentena.

Se respondeu NÃO, passe para a pergunta seguinte.

Se respondeu SIM à pergunta 4, não vá à escola, à creche ou ao jardim de infância e:

- Fique em casa e não saia exceto para ser testado, ir a um centro de avaliação médica ou para uma emergência médica.
- Siga todas as outras instruções ou orientações que lhe foram dadas
- Os irmãos e as outras pessoas com quem vive não têm de ficar em casa, a menos que também lhes tenha sido dito para fazerem quarentena, isolarem-se ou ficarem em casa.
- Hoje, não precisa de rever as outras perguntas constantes nesta ferramenta. Siga a ferramenta de rastreio todos os dias antes de ir para a escola, o jardim de infância ou a creche.

5. Nos últimos 10 dias testou positivo à COVID-19? Sim Não

Isto inclui um resultado positivo de teste à COVID-19 num teste PCR laboratorial, teste rápido de antígeno ou com um "kit" de autoteste caseiro.

Se respondeu NÃO, passe para a secção em baixo "se respondeu 'não' a todas as perguntas".

Se respondeu SIM à pergunta 5 e não tem quaisquer sintomas novos ou a piorar, pode ir à escola, ao jardim de infância ou à creche.

- Se tem ou desenvolveu quaisquer sintomas novos ou a piorar, fique em casa até não ter febre e os seus sintomas terem estado a melhorar durante, pelo menos, 24 horas (48 horas se tiver tido náusea, vómitos ou diarreia).
- Durante 10 dias após ter testado positivo à COVID-19 (ou desde quando os sintomas tiverem começado, conforme o que acontecer primeiro):
 - use uma máscara bem aplicada em todos os ambientes públicos (incluindo a escola, o jardim de infância e a creche)
 - evite atividades não essenciais em que precisa de tirar a sua máscara (por exemplo, tocar um instrumento de sopro na aula de música ou retirar a máscara em desportos, jantar fora)
 - evite visitar alguém que seja imunocomprometido ou possa estar em um risco mais elevado de doença (por exemplo, idosos)
 - evite visitas não essenciais a ambientes de risco mais elevado, tais como hospitais e casas de cuidados de longo termo.

Nota: Se testou positivo nos últimos 10 dias, ainda deve seguir estas instruções mesmo se, mais tarde, testar negativo.

- Os irmãos e outras pessoas com quem vive devem fazer o seguinte durante 10 dias após a última exposição à pessoa que testou positivo:
 - vigiar os sintomas. Devem autoisolar-se imediatamente se tiverem quaisquer sintomas de COVID-19 e procurar fazer o teste, se elegíveis.
 - usar uma máscara bem aplicada em todos os ambientes públicos (incluindo a escola, o jardim de infância e a creche)
 - evitar atividades não essenciais em que precisa de tirar a sua máscara (por exemplo, tocar um instrumento de sopro na aula de música ou retirar a máscara em desportos, jantar fora)

- evitar visitar alguém que seja imunocomprometido ou possa estar em um risco mais elevado de doença (por exemplo, idosos)
- evitar visitas não essenciais a ambientes de risco mais elevado, tais como hospitais e casas de cuidados de longo termo

Se respondeu NÃO a todas as perguntas, pode ir à escola, à creche ou ao jardim de infância.

Se se sentir doente ou indisposto, mesmo com sintomas não listados nesta ferramenta de rastreio, deve ficar em casa. Se necessário, fale com um médico. Os indivíduos com sintomas graves que requeiram cuidados de emergência devem ir ao serviço de urgência mais próximo.

Volte a seguir esta ferramenta de rastreio todos os dias antes de ir à escola, ao jardim de infância ou à creche.

Se tiver sido identificado como um contacto próximo de alguém com sintomas ou com COVID-19 durante 10 dias após a sua última exposição à pessoa:

- use uma máscara bem aplicada em todos os ambientes públicos (incluindo a escola, o jardim de infância e a creche)
- evite atividades não essenciais em que precisa de tirar a sua máscara (por exemplo, tocar um instrumento de sopro na aula de música ou retirar a máscara em desportos, jantar fora)
- evite visitar alguém que seja imunocomprometido ou esteja num risco mais elevado de doença (por exemplo, idosos)
- evite visitas não essenciais a ambientes de risco mais elevado, tais como hospitais e casas de cuidados de longo termo.

Nota: Independentemente dos resultados negativos dos testes à COVID-19, estas medidas podem ser uma camada adicional de prevenção contra a propagação da COVID-19 e de outros vírus respiratórios a circular na comunidade.

Se teve sintomas de COVID-19 nos últimos 10 dias, durante 10 dias após os sintomas começarem:

- use uma máscara bem aplicada em todos os ambientes públicos (incluindo a escola, o jardim de infância e a creche)
- evite atividades não essenciais em que precisa de tirar a sua máscara (por exemplo, tocar um instrumento de sopro na aula de música ou retirar a máscara em desportos, jantar fora)
- evite visitar alguém que seja imunocomprometido ou possa estar em um risco mais elevado de doença (por exemplo, idosos)
- evite visitas não essenciais a ambientes de risco mais elevado, tais como hospitais e casas de cuidados de longo termo

Nota: Para quem teve resultados negativos dos testes à COVID-19, estas medidas podem ser uma camada adicional de prevenção contra a propagação da COVID-19 e de outros vírus respiratórios a circular na comunidade.

Se tomou uma vacina contra a COVID-19 ou contra a gripe nas últimas 48 horas, e sentir uma fadiga leve, dores musculares ou nas articulações e/ou dores de cabeça:

- Deve usar uma máscara bem aplicada durante todo o tempo que estiver na escola, no jardim de infância ou na creche se sentir fadiga/cansaço leves, dores musculares e/ou dores nas articulações que só começaram depois da vacinação.
- Se os seus sintomas piorarem, continuarem depois das 48 horas ou se desenvolver outros sintomas, deve sair da escola, do jardim de infância ou da creche imediatamente.

Se viajou para fora do Canadá nos últimos 14 dias

- Deve observar as orientações federais (<https://travel.gc.ca/travel-covid>) depois de regressar ao Canadá, mesmo que não seja requerido que faça a quarentena.

Sugestões de saúde e segurança

A retirada dos requisitos provinciais não significa que o risco de COVID-19 desapareceu. Continuamos a ter de fazer a nossa parte para nos protegermos, e proteger os outros, contra a COVID-19. Isto inclui praticar a boa higiene das mãos e usar uma máscara onde recomendado ou requerido.

Quando elegível, tome a vacina contra a COVID-19 e as outras imunizações de rotina.

As vacinas são seguras, eficazes e a melhor forma de se proteger, e proteger os outros à sua volta, contra as doenças infecciosas. Saiba mais em: <https://www.ontario.ca/page/vaccines>