



Public Health
England

Protecting and improving the nation's health

Orientações de resguardo e proteção dos indivíduos com vulnerabilidade clínica extrema relativamente à COVID-19

Atualizado a 13 de agosto de 2020

A quem se destinam estas orientações

Estas orientações destinam-se a adultos e crianças em Inglaterra que tenham **vulnerabilidade clínica extrema**.

Os indivíduos com vulnerabilidade clínica extrema deverão ter recebido uma carta a confirmá-lo ou terão sido advertidos dessa situação diretamente pelo médico de família (GP) ou especialista no hospital.

Introdução

Os indivíduos com vulnerabilidade clínica extrema terão sido aconselhados a tomar medidas acrescidas durante o pico da pandemia em Inglaterra. Essas medidas acrescidas têm o nome de “resguardo”.

O Governo indica que de momento não necessita de se resguardar. Isto porque as taxas de transmissão do coronavírus (COVID-19) na comunidade sofreram uma redução significativa.

Existem orientações específicas sobre o que irá acontecer **caso a sua área entre em confinamento**.

Estas são orientações do governo. Se pretende segui-las ou não será escolha sua.

O que mudou

As orientações para os indivíduos com vulnerabilidade clínica extrema é a de que o resguardo foi interrompido. Tal significa que:

- não precisa de seguir as orientações de resguardo anteriores
- pode regressar ao trabalho desde que o local de trabalho seja **seguro em termos da COVID-19**, mas deverá continuar a trabalhar a partir de casa sempre que possível
- as crianças com vulnerabilidade clínica extrema deverão frequentar o ensino presencial, de acordo com **as orientações gerais para a reabertura**

das escolas e as orientações para a abertura plena: escolas especiais e outras instituições especializadas

- pode sair durante sempre que quiser, mas deve continuar a reduzir as interações sociais de um modo geral
- pode ir às lojas, aos supermercados e a bares, mantendo uma distância de 2 metros dos outros sempre que possível ou **1 metro com mais precauções**
- deve continuar a lavar cuidadosamente as mãos com mais frequência do que o habitual e limpar frequentemente as zonas mais tocadas em sua casa e/ou no local de trabalho
- deixará de receber cabazes alimentares gratuitos, entregas de medicamentos e cuidados básicos do *National Shielding Service* (serviço nacional de apoio ao resguardo)

Para obter dicas práticas sobre como se manter em segurança, consulte as orientações relativas a **como estar em segurança fora de casa**.

Continua a poder ter acesso a:

- assistência de voluntariado local, se contactar a sua autoridade local
- medicamentos, artigos essenciais e alimentos entregues em sua casa pelos *NHS Volunteer Responders*
- horários prioritários para entregas de supermercado (se já estava registado(a) para receber cabazes alimentares gratuitos)

Se a transmissão da COVID-19 aumentar

Deverá ser novamente aconselhado(a) a resguardar-se se a situação se alterar e houver um aumento da transmissão da COVID-19 na comunidade.

O seu nome permanecerá de forma segura na lista de doentes em resguardo elaborada pelo NHS Digital. Iremos escrever-lhe caso as orientações se alterem. Qualquer alteração nacional será incluída nestas orientações.

No caso de confinamento local, consulte a **informação que se segue** e visite o **site da sua autoridade local** para mais orientações.

Os indivíduos com vulnerabilidade clínica extrema são aconselhados a não entrar em nenhuma área onde as orientações de resguardo se encontrem em vigor.

Definição de “indivíduos com vulnerabilidade clínica extrema”

Médicos especialistas na Inglaterra identificaram problemas médicos específicos que, com base no que se sabe sobre o vírus até à data, fazem com que certas pessoas tenham um risco mais elevado do que outras de ficarem gravemente doentes com a COVID-19. A gravidade da doença, o historial ou níveis de tratamento também afetam quem é incluído neste grupo.

As pessoas com vulnerabilidade clínica extrema podem incluir:

- pessoas que tenham recebido um transplante de órgãos sólidos
- pessoas com certos tipos de cancro:
 - pessoas com cancro que estejam atualmente a fazer quimioterapia
 - pessoas com cancro dos pulmões que estejam atualmente a fazer radioterapia radical
 - pessoas com cancro do sangue ou da medula óssea, tal como a leucemia, linfoma, mieloma em qualquer fase do tratamento.
 - pessoas a receber imunoterapia ou outros tratamentos contínuos de anticorpos para o cancro
 - pessoas a receber outros tipos de tratamento específicos para o cancro que afetem o sistema imunológico, tais como inibidores de proteínas cinases ou inibidores da PARP
 - pessoas que tenham feito transplantes de medula óssea ou células estaminais nos últimos 6 meses ou que ainda estejam a tomar medicamentos imunossupressores
- pessoas com problemas respiratórios graves, incluindo todos os tipos de fibrose quística, asma grave e Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC) grave.
- pessoas com doenças raras e falhas congénitas do metabolismo que aumentem significativamente o risco de infeções (como a imunodeficiência combinada grave (SCID), anemia falciforme homozigota).
- pessoas a receber terapias imunossupressoras que aumentem significativamente o risco de infeção.
- mulheres grávidas com doença cardíaca, congénita ou adquirida grave.
- outras pessoas que tenham também sido classificadas como sendo de vulnerabilidade clínica extrema, com base em opiniões clínicas e uma avaliação das suas necessidades. Os médicos de família (GP) e especialistas receberam orientações de apoio para a tomada de decisões.

- Para obter mais informações sobre as pessoas incluídas na definição de vulnerabilidade clínica extrema, consulte o [site NHS Digital](#).

Se não se enquadrar em nenhuma destas categorias mas continuar a ter preocupações relativamente a este aspeto, deverá falar com o seu médico de família ou especialista no hospital.

Trabalho e emprego

Pode regressar ao trabalho desde que o local de trabalho seja **seguro em termos da COVID-19**, mas deverá continuar a trabalhar a partir de casa sempre que possível.

Poderá ter de assumir um cargo alternativo ou mudar a rotina de trabalho temporariamente.

Se necessitar de assistência em casa ou no local de trabalho, **poderá candidatar-se ao *Access to Work***.

O *Access to Work* (Acesso ao Trabalho) ajuda com custos laborais adicionais relacionados com situações de deficiência que vão além dos ajustes razoáveis normais que são obrigação de um empregador.

Direitos laborais

Em caso de preocupação, pode obter aconselhamento sobre a sua situação pessoal e os seus direitos de emprego consultando o [site da Acas](#) ou ligando para a linha de apoio da Acas no número 0300 123 1100.

Em caso de preocupação sobre a sua saúde e segurança no trabalho, pode falar com:

- o sindicato do seu local de trabalho
- o *Health and Safety Executive* ou a sua autoridade local

Statutory Sick Pay (subsídio por doença)

A partir de 1 de agosto, deixa de ser elegível para *Statutory Sick Pay* (SSP) por ter sido aconselhado(a) a resguardar-se pelo governo. O seu empregador deverá ajudá-lo(a) a regressar ao trabalho em segurança e a

implementar uma boa higiene de mãos e distanciamento no seu local de trabalho, caso não seja possível trabalhar a partir de casa.

Assistência dos *NHS Volunteer Responders*

Os *NHS Volunteer Responders* oferecem assistência até dezembro de 2020 com:

- compras, medicamentos (se os seus amigos e familiares não os puderem ir levantar por si) ou outros bens essenciais
- chamadas telefónicas periódicas de outra pessoa que tenha anteriormente sido aconselhada a resguardar-se ou de voluntários diferentes
- transporte para consultas médicas
- Ligue para o 0808 196 3646 entre as 8h00 e as 20h00 para organizar esta assistência ou visite o [site dos NHS Volunteer Responders](#). Fale com o seu profissional de saúde para organizar assistência com transportes

Assistência de cuidadores

Os cuidadores ou visitas que lhe prestem assistência com as suas necessidades do dia a dia podem continuar a visitá-lo(a), a não ser que tenham sintomas da COVID-19.

Deverão seguir as [orientações de distanciamento social](#) nos casos em que não seja necessário um contacto próximo ou pessoal.

Se o seu cuidador for um cuidador remunerado que o(a) visite em sua casa, poderá consultar informações sobre a prestação de cuidados domiciliários e equipamento de proteção individual (EPI) nas seguintes orientações: [orientações relativas à prestação de cuidados domiciliários](#) e [orientações relativas ao EPI para assistentes de cuidados domiciliários](#).

Se prestar cuidados não remunerados, consulte as [orientações para pessoas a prestar cuidados não remunerados a familiares ou amigos](#).

Se estiver numa zona de confinamento local

Os indivíduos com vulnerabilidade clínica extrema residentes numa zona onde medidas de saúde pública adicionais impliquem o regresso ao resguardo receberão uma carta do governo a aconselhar que fiquem em casa e se resguardem.

Se não puder trabalhar a partir de casa ou num local fora da zona de confinamento:

- o seu empregador poderá colocá-lo em *furlough (layoff)* ao abrigo do **Coronavirus Job Retention Scheme** caso já tenha estado em *furlough* por um período de, pelo menos, 3 semanas consecutivas entre 1 de março de 2020 e 30 de junho de 2020. Este programa irá decorrer até ao fim de outubro de 2020.
- poderá ter direito ao **Statutory Sick Pay do seu empregador** por não poder trabalhar devido ao resguardo
- **pode ter direito a prestações sociais**
- No caso de confinamento da sua área, consulte o **site da sua autoridade local** para mais recomendações e siga as orientações de saúde pública para a sua área.

Se trabalhar numa área onde pessoas extremamente vulneráveis em termos clínicos ainda estejam a ser aconselhadas a resguardar-se, recomendamos que trabalhe a partir de casa, se possível, e não visite locais de trabalho dentro da área onde as restrições locais se encontram em vigor. Se viver for a dessa área, poderá ter de pedir uma [carta de resguardo](#) para apresentar à sua entidade empregadora como prova de que não pode ir ao seu local de trabalho habitual.

Crianças e jovens com vulnerabilidade clínica extrema

Os especialistas em medicina pediátrica avaliaram os dados mais recentes relativos ao nível de risco da COVID-19 para as crianças e os jovens. Os dados mais recentes indicam que existe um risco baixo de doença grave entre a maior parte das crianças e jovens. No futuro, prevemos que menos crianças e jovens estejam incluídos na lista de pacientes em resguardo.

Se uma criança ou jovem for retirado da lista de pacientes em resguardo, já não será aconselhado a resguardar-se no futuro caso haja um aumento da transmissão do coronavírus.

Para decidir se uma criança ou jovem deverá ser retirado da lista de doentes em resguardo, deverá falar com o especialista pediátrico ou o médico de família. Eles contactá-lo(a)-ão durante o verão para falar consigo sobre estas decisões.

Programa anual contra a gripe

Como parte do programa de vacinação contra a gripe de 2020 a 2021, todos os outros membros dos domicílios das pessoas identificadas como tendo vulnerabilidade clínica extrema durante a execução do programa são elegíveis a vacinação gratuita contra a gripe.

A maior parte dos indivíduos com vulnerabilidade clínica extrema já é elegível para a vacinação gratuita contra a gripe.

Leia [mais informações sobre o programa anual contra a gripe](#).