

# INTERROMPA A PROPAGAÇÃO SILENCIOSA DE COVID-19: TUDO QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE TESTES ASSINTOMÁTICOS



## O que é disseminação assintomática?

Muitos estudos mostram que uma em cada duas infecções nesta pandemia originam-se de pessoas que não apresentaram nenhum sintoma ao transmitir o vírus. Isso é chamado de propagação assintomática ou silenciosa. Os disseminadores assintomáticos se enquadram em duas categorias: 1) Pessoas que nunca desenvolvem os sintomas de COVID-19 e 2) Pessoas que são pré-sintomáticas, o que significa que não apresentam sintomas quando infectam outras pessoas, mas adoecem posteriormente. Ambos os tipos de disseminação assintomática envolvem infectar outras pessoas enquanto você se sente saudável.

## O que é o teste assintomático, ou “triagem”?

O teste assintomático, também chamado de triagem, vigilância ou teste profilático, é um teste para pessoas que se sentem saudáveis. Ao contrário do teste de diagnóstico, que se concentra em pessoas com sintomas de COVID-19, o teste assintomático é voltado para pessoas que não apresentam sintomas, mas que, mesmo assim, devem ser testadas. A triagem é especialmente importante para qualquer pessoa envolvida em atividades que aumentem o risco de infecção ou para qualquer pessoa que trabalhe em um

ambiente de alto risco. Testar pessoas assintomáticas é uma parte essencial dos nossos esforços coletivos para interromper a cadeia invisível de transmissão.

## O que as cidades e os estados estão fazendo para aumentar a realização de testes assintomáticos?

Muitas cidades e estados estão desenvolvendo a capacidade de testar com mais frequência pessoas que não apresentam sintomas e tornar o teste acessível para indivíduos que estão em risco. Isso inclui planos para aumentar os testes de rotina para pessoas que trabalham em ambientes movimentados, por exemplo, em restaurantes ou processamento de alimentos, e para pessoas que trabalham ou vivem em ambientes de alto risco, como lares de idosos, escolas ou penitenciárias. Em comunidades atingidas de forma particularmente difícil, as campanhas de teste incentivam o teste para todos os membros da comunidade.

## O que são testes de rotina?

O teste de rotina é parte essencial do teste assintomático e permite um importante monitoramento do local de trabalho e da comunidade. Isso significa que as pessoas

fazem o teste uma ou duas vezes por semana, ou a cada duas semanas, de forma rotineira. Isso ocorre porque um teste é apenas uma garantia momentânea: você pode testar negativo hoje, mas positivo amanhã. Os testes de rotina funcionam ao detectar infecções de forma precoce em grupos de pessoas que correm maior risco devido ao local onde trabalham ou vivem. Algumas universidades e centros universitários, por exemplo, realizam testes de rotina em todos os alunos e funcionários que estão no campus para aprendizagem presencial a fim de evitar surtos e impedir a propagação silenciosa. O teste de rotina nem sempre é necessário para as pessoas. Se você teve um encontro particular de alto risco, fazer o teste 5-7 dias mais tarde é geralmente suficiente para descobrir se você foi infectado.

## Como posso saber se e quando devo fazer o teste?

Recomendamos que todas as pessoas elegíveis sejam vacinadas. Independentemente de você ter tido um teste negativo ou não, é essencial que continue a seguir as diretrizes de distanciamento social, lave as mãos e use a máscara, e se mantenha informado sobre quando e por que fazer o teste. Por exemplo, se você participou de uma grande reunião, esqueceu-se de colocar a máscara em um evento interno ou trabalhou junto com outras pessoas, pode ser a hora de fazer o teste. Mantenha-se informado e saiba como você está.

## Como posso saber se sou um disseminador silencioso?

Lembre-se de que sentir-se saudável não garante que você não tem COVID-19. A única forma de ter certeza é fazendo o teste. E, mesmo assim, o teste representa apenas um momento no tempo. Se você acha que pode haver uma chance de você pegar o vírus, fique longe de outras pessoas, use a máscara e faça o teste.

## Como posso saber se e quando devo fazer o teste?

Os motivos comuns para pessoas saudáveis fazerem o teste incluem: se você compareceu a uma grande reunião e ficou muito próximo de pessoas que não moram na sua casa, se você trabalha em um setor

essencial ou tem uma condição médica subjacente e pode ter sido exposto ou se você recentemente viajou para outro estado.

## Todos nós agora devemos fazer o teste o tempo todo?

Não. A disponibilidade de testes assintomáticos não significa que todos devam fazer o teste o tempo todo. Ela significa que testamos estrategicamente as pessoas que estão em maior risco e as testamos rotineiramente, porque elas trabalham em ambientes essenciais, ou apenas uma vez, após um encontro de alto risco. Verifique o site da sua cidade ou estado para obter mais detalhes sobre as diretrizes de testes assintomáticos na sua região.

## Fazer o teste diminui meu risco de ser infectado?

Não. Uma infecção por COVID-19 é causada por exposição em um ambiente de alto risco. Testes assintomáticos em grande escala podem reduzir as taxas gerais de infecção, identificando pessoas doentes na comunidade. Mas o teste não protegerá você de contrair o vírus, da mesma forma que um teste de gravidez só pode confirmar um resultado, não evitá-lo.

## Por que algumas pessoas correm maior risco de contrair COVID-19?

Para funcionários de mercados, socorristas, enfermeiros, professores, médicos e muitos outros trabalhadores essenciais não vacinados, estar potencialmente exposto à COVID-19 é uma parte inevitável do seu trabalho. Eles correm o risco de contrair o vírus todos os dias para preparar nossa comida, cuidar dos doentes e manter nossas cidades seguras. Para os outros, correr um risco maior é uma questão de escolha. Um surto pode surgir de ações que promovem a infecção ao invés de preveni-la. Certifique-se de não correr riscos desnecessários. Faça a sua parte: vacine-se, use a máscara, pratique o distanciamento social, lave as mãos, evite aglomerações e faça o teste se achar que pode ter sido exposto.