

O que pode fazer se correr um risco mais elevado de doença grave da COVID-19



Com base no que sabemos agora, as pessoas que correm um risco mais elevado de doenças graves da COVID-19 são:

- Adultos mais velhos

Pessoas de qualquer idade com:

- Cancro
- Doença renal crónica
- Doenças pulmonares crónicas, incluindo DPOC (doença pulmonar obstrutiva crónica), asma (moderada a grave), doença pulmonar intersticial, fibrose cística e hipertensão pulmonar
- Demência ou outras doenças neurológicas
- Diabetes (tipo 1 ou tipo 2)
- Síndrome de Down
- Condições cardíacas graves (tais como insuficiência cardíaca, doença arterial coronária, cardiomiopatias ou hipertensão)

- Infecção por VIH
- Estado imunocomprometido (sistema imunitário enfraquecido)
- Doença hepática
- Excesso de peso e obesidade
- Gravidez
- Doença das células falciformes ou talassemia
- Tabagismo, atual ou anterior
- Transplante de órgãos sólidos ou de células estaminais sanguíneas
- AVC ou doença cerebrovascular, que afeta a irrigação sanguínea do cérebro
- Distúrbios de utilização de substâncias



Ligue ao seu prestador de cuidados de saúde se estiver doente.
Para obter mais informações sobre as medidas que pode tomar para se proteger, consulte [Como se Proteger a Si Próprio do CDC](#).

cdc.gov/coronavirus

Ajude a proteger-se a si e aos outros:



Antes da partida



Visite o seu prestador de cuidados de saúde e prepare os seus registos clínicos.



Converse sobre as opções de vacinação de COVID-19 com o seu prestador de cuidados de saúde.



Irá precisar de um teste viral à COVID-19 não mais do que três dias antes de viajar ou documentação de recuperação da doença* de COVID-19.

*A documentação de recuperação da doença inclui um comprovativo de um teste viral positivo nos últimos três meses e uma carta de um prestador de cuidados de saúde ou um delegado de saúde de que está autorizado(a) a viajar.



Durante a viagem



Use uma máscara que cubra completamente o seu nariz e boca e encaixe bem nos lados do seu rosto, mesmo que esteja vacinado(a).



Lave as suas mãos frequentemente ou use um higienizador de mãos à base de álcool.



Evite o contacto próximo (2 metros/ 6 pés) com pessoas que não vivem consigo.



Notifique a IOM e a equipa da companhia aérea se se sentir doente durante a viagem.



Depois da chegada



Contacte o funcionário auxiliar da sua agência de realojamento para requisitos específicos e recomendações na sua área.



Esteja atento aos sintomas da COVID-19. Meça a sua temperatura se se sentir doente.



Peca informações ao seu prestador de cuidados de saúde ou funcionário auxiliar da sua agência de realojamento sobre como obter uma vacina de COVID-19 se ainda não tiver sido vacinado(a).



Continue a seguir os passos indicados na secção "durante a viagem" até estar totalmente vacinado(a) contra a COVID-19 (2 semanas após a sua última dose).



Se ficar doente e pensar que pode ter a COVID-19:



Fique em casa. Evite o contacto com outras pessoas tanto quanto possível.



Contacte o seu prestador de cuidados de saúde e o funcionário da agência de realojamento. Se precisar de um intérprete para falar com o seu prestador de cuidados de saúde, o seu assistente no caso pode ajudá-lo.



Ligue para o 911 e procure assistência médica imediatamente se tiver sinais de alarme de emergência (incluindo problemas em respirar).