

Não há normas específicas mas há muitas recomendações, seja para os lares, seja para todas as residências. Uma das sugestões é haver uma “utilização moderada e racional de substâncias que possam contribuir para uma maior afetividade”

HELENA BENTO in «Expresso»

O subdiretor-geral da Saúde apresentou esta terça-feira dez recomendações para a celebração da quadra natalícia. São as seguintes:

1. Cumprir todas as regras em vigor na quadra natalícia, relativamente ao concelho, região e país, quer em termos de mobilidade, quer em termos de restrições aos aglomerados;
2. Pessoas que estejam com sintomas ou em isolamento profilático devem cumprir “as regras estipuladas” e têm o “dever, obrigação e solidariedade” de permanecerem isoladas;
3. Reduzir “substancialmente” os contactos antes e durante o Natal;
4. Reduzir o “tempo de exposição” a esses contactos “a uma ou duas horas, em vez de três, quatro, cinco horas”, de modo a evitar “dissabores”, e “saber usar os espaços exteriores”;
5. Reduzir “ao máximo” os contactos familiares a pessoas “que residem no mesmo espaço físico”;
6. Limitar “preferencialmente” contactos e celebrações ao agregado familiar, recorrendo “tanto quanto possível aos meios digitais” para contactar com os restantes membros da família. Uma “visita rápida” ou uma “troca simbólica” de presentes foram outras das sugestões deixadas por Rui Portugal no que diz respeito ao contacto com familiares com quem não se habite;
7. Manter o distanciamento físico de 1,5 a 2 metros “em todas as ocasiões: nas deslocações, cozinhas, convívios e salas”. Os “cumprimentos tradicionais” devem ser evitados “de todo”;
8. Arejar e desinfetar “repetidamente” os espaços, “mesmo os de maior dimensão”, e objetos que sejam eventualmente partilhados;

9. Lavar e desinfetar as mãos “frequentemente”, cumprir as regras de etiqueta respiratória e utilizar máscara “adequadamente”, mesmo em espaços interiores, caso não seja possível manter um “distanciamento seguro”;

10. Finalmente, evitar a partilha de objetos comuns, como talheres e copos, entre familiares que não vivam juntos, e fazer uma “utilização moderada e racional de substâncias que possam contribuir para uma maior afetividade”.

OS LARES

O Natal está a chegar mas não haverá normas específicas para os lares, adiantou ainda Rui Portugal. O subdiretor-geral da Saúde esclareceu que as várias estruturas residenciais para idosos “podem ter regras próprias” e “maiores ou menor abertura”, dependendo da sua localização geográfica. Quanto às visitas, para as quais irá haver “maior apetência” nesta altura do ano, recomendou que sejam feitas “com toda a segurança possível, o que não significa que estejamos afastados das pessoas”,

A VACINAÇÃO

Ainda na conferência de imprensa, e questionado em concreto sobre a vacinação contra a covid-19 nos centros de saúde, Rui Portugal esclareceu que caberá a estas unidades de saúde identificar os doentes que façam parte de grupos definidos como prioritários, mesmo que estes não tenham médico de família. Também quis deixar um recado sobre as vacinas, referindo que estas “não vão ser um substituto”, seja em que fase for do plano de vacinação”, das medidas de controlo não farmacológicas. “Durante um determinado período de tempo, que pode ser mais ou menos longo, vamos ter de continuar com atitudes corretas.” Além disso, acrescentou, “não vamos ter uma vacina com 100% de eficácia” nem a proteção concedida pela mesma será para sempre.