



Premio a las mejores ideas 2010

[click aquí](#)

SIEMENS

Suscríbese a los RSS de **DIARIO MEDICO.COM**

DIARIO MEDICO.COM



 Diario Médico

 Vademecum

[INICIO](#) | [MULTIMEDIA](#) | [ÁREA CIENTÍFICA](#) | [ÁREA PROFESIONAL](#) | [FORMACIÓN](#) | [OPINIÓN / PARTICIPACIÓN](#) | [CORREO MEDICO](#) | [ARCHIVO](#) | [RSS](#)

[Sanidad](#) | [Profesión](#) | [Normativa](#) | [Gestión](#) | [Entorno](#) | [La consulta](#)

[Bienvenida Ca](#) | [Cerrar Sesión](#) | [Cambiar Preferen](#)

[Portada](#) > [Área Profesional](#) > [Entorno](#)

|

PEDIR CONSEJOS AL ESPECIALISTA

¿Cómo prevenir una enfermedad cuando se viaja?

El crecimiento del turismo ha provocado la migración de patologías que anteriormente se limitaban a un país. Por esta razón, es de vital importancia acudir a los Centros de Vacunación Internacional y al médico de atención primaria antes de emprender un viaje. Los especialistas proporcionan recomendaciones al paciente con el fin de evitar o disminuir el riesgo de contraer una enfermedad.

Ester Crespo | 05/08/2011 10:35

(2 votos)

0 comentarios

compartir (¿qué es esto?)



La llegada de turistas extranjeros en el mundo creció casi un siete por ciento en 2010 hasta la cifra de 940 millones, según la Organización Mundial del Turismo, organismo que ha previsto un crecimiento del turismo internacional de entre un cuatro y un cinco por ciento en 2011. Este tipo de datos sirve para ilustrar por qué surgió la medicina del viajero, "una respuesta al incremento en las últimas décadas del número de personas que viajan, con la consecuencia a su vez de la migración de patologías que anteriormente se limitaban a un país o a una zona, y a la necesidad de prevenir, tratar y seguir a las mismas", afirma **Eugenia Menéndez Moreno, especialista en Medicina de Familia y Comunitaria de la Clínica Asturias, en Oviedo.**

Por ello, el especialista es el punto de partida al que los pacientes deberán acudir, ya que es el que se encarga de suministrar consejos al viajero. Dolores Herrero, de la Sección de Medicina Tropical y del Viajero del Hospital Carlos III (Madrid), explica que la persona que va a viajar deberá acudir a los Centros de Vacunación Internacional y al médico de atención primaria, para conocer y afrontar las patologías y sobre todo, para que le aconsejen sobre las medidas que hay que seguir antes, durante y después del viaje con el fin de disminuir los riesgos. "Muchos de los problemas surgen por no seguir las recomendaciones", comenta.

Consejos y problemas

El médico deberá valorar el riesgo de exposición a patologías frecuentes o específicas, dependiendo del lugar y el tiempo del viaje, y qué antecedentes o problemas posee el paciente. "Los principales consejos están en general relacionados a vacunas que pudiera necesitar, manipulación y consumo de agua y alimentos, elaboración del botiquín de viaje, protección frente a la exposición solar, a insectos y a baños, entre otros", afirma Moreno.

Cumplir las indicaciones básicas de consumo de agua embotellada, alimentos cocidos y consumidos en lugares limpios, no bañarse descalzos en ríos y terrenos fangosos, preguntar a los nativos de las zonas de riesgo de infección por ejemplo por larvas, y usar barreras físicas para evitar las picaduras de insectos, son algunas recomendaciones básicas que los médicos dan para la prevención de problemas durante el viaje. Además, es recomendable un seguro que ante algunas urgencias cubra la atención médica, que habitualmente es privada y costosa, explica Moreno.

Aparte de estas recomendaciones que los viajeros deben tener en cuenta, otro aspecto importante es la vacunación. El ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad recomienda vacunarse contra la fiebre amarilla, una enfermedad vírica de declaración internacional obligatoria, que se transmite por la picadura de un mosquito infectado y es especialmente importante en zonas infectadas de África y América del sur. Según Moreno, las vacunas más importantes son hepatitis A y B, haemofilus influenza en niños, fiebre tifoidea, difteria-tétanos y triple

Suscríbese a los RSS de **DIARIO MEDICO.COM**



Y siga la actualidad al minuto

Suscríbese a los RSS de **DIARIO MEDICO.COM**



Y siga la actualidad al minuto

VISTA:

MÁS TEXTO
 MÁS VISUAL



MÁS SOBRE ENTORNO

Cuando una costumbre se convierte en una enfermedad
 por **Sandra Guijarro Hijosa**

Pequeñas manías como obsesionarse con la limpieza de la casa o lavarse demasiado a menudo las manos, suelen aceptarse socialmente como parte de la personalidad de la persona, pero pueden ser el indicio de un trastorno obsesivo-compulsivo, capaz de dominar la vida del enfermo.



Los mensajes de texto mejoran la gestión del tratamiento de la malaria en niños
 por **Redacción**

Creencias erróneas sobre la memoria
 por **Redacción**

Aumenta a 35 el número de aeropuertos cardioprotégidos
 por **Redacción**

¿Por qué los niños ven varias pantallas al mismo tiempo?
 por **Redacción**

OPINIÓN EN DIARIOMEDICO.COM



PANTALLAS, ¿SALUDABLES?
 por **Joan Carles March**
20 razones para entender la relación adolescencia, televisión e Internet



MOTIVOS Y MOTIVACIONES
 por **Antoni Gual**
Jueces justamente injustos con los médicos

viral. Por su parte, Herrero destaca que existen vacunas obligatorias, exigidas para poder entrar en algunos países, pero que la mayoría corresponden al sentido común, a la lógica sanitaria, como es el caso de la vacuna contra la fiebre amarilla.

Ya durante el viaje, los principales problemas que pueden aparecer son los relacionados con el consumo de agua y alimentos, las picaduras de insectos y enfermedades transmitidas por estos, cambios de altitud y enfermedades que pueden evitarse con vacunas. En concreto, la diarrea es una de las enfermedades más frecuente en los viajes internacionales. El origen suele ser la ingesta de alimentos en malas condiciones, por lo que la mejor profilaxis radica en tener cuidado con los alimentos y las bebidas. Según Moreno, las patologías que más se producen, además de las diarreas, son las enfermedades infecciosas tipo cólera o hepatitis A, quemaduras solares, parasitosis, dengue, malaria y fiebre amarilla.

Países exóticos

En los últimos años, han aumentado los viajes a países exóticos y, además de las vacunas normalmente aconsejadas y dependiendo del destino, Moreno ha contado a DM que las más indicadas son la de Encefalitis japonesa (para los que vayan al Sudeste asiático), Poliomieltis Salk (países en desarrollo), encefalitis primaveral-estival (bosques de centroeuropa), cólera (sudeste asiático, Oriente medio, Centro y Sudamérica, África) y la rabia (viajeros de mochila a áreas rurales).

"Además, si se viaja a países de más de 1.500 metros de altura (como es el caso de Ecuador y Bolivia), hay que tener precaución en la forma de ascender y descender para evitar el mal de altura y en los países africanos es preferible el uso de ropa clara, evitando los colores azules y negros, para no atraer a la mosca que transmite la tripanosomiasis africana", señala Moreno, quien ha explicado que en América hay que tener máxima precaución con la picadura de insectos y con el uso y consumo de aguas habitualmente contaminadas.

En concreto, los niños, las embarazadas y las personas mayores son especialmente sensibles a los cambios. En el caso de las embarazadas, el viaje internacional es posible "pero se recomienda viajar a zonas no endémicas de malaria, evitar viajes a grandes altitudes (por encima de los 2.500 metros) o a zonas remotas". También los niños y las personas mayores pueden verse afectados por el cambio de presión o la radiación ultravioleta, además de presentar una mayor predisposición a la deshidratación. "Las personas mayores polimedicaadas deben llevar consigo todos sus tratamientos y certificados médicos", añade.

Al regresar del viaje, algunas enfermedades tropicales no se manifiestan inmediatamente, pudiendo presentarse bastante tiempo después del viaje. "Sobre todo enfermedades parasitarias, que no aparecen hasta después de meses o incluso años", apunta Herrero.

★★★★★ (2 votos) | 0 comentarios

compartir (¿qué es esto?)

imprimir tamaño

HAZ TU COMENTARIO

Escribe tu comentario

COMENTARIOS

Número de caracteres (500/500)

introduce tu comentario

Usuario logueado

ENVIAR

Condiciones de uso

- Esta es la opinión de los internautas, no de Diario Médico.
- No está permitido verter comentarios contrarios a las leyes españolas o injuriantes.
- Reservado el derecho a eliminar los comentarios que consideremos fuera de tema.
- Para cualquier duda o sugerencia, o si encuentra mensajes inadecuados, puede escribirnos a dminternet@unidadeditorial.es

Aviso Legal

En cumplimiento de lo establecido en la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, le comunicamos que los datos que nos facilite serán tratados e incorporados en un fichero propiedad de Unidad Editorial Revistas, SL, empresa editora de Diario Médico y Diariomedico.com con domicilio en Madrid, Avenida de San Luis 25, (28033), a los efectos de poder proporcionarles nuestros servicios. El usuario podrá ejercitar sus derechos de acceso, rectificación y cancelación de datos personales mediante el correo electrónico dminternet@unidadeditorial.es.



DIÁLOGOS DESDE PRIMARIA

por **Asensio López**

La teoría de los hechos antagónicos o la vanidad en atención primaria



ENTRE HUMOS ANDA EL JUEGO

por **María Ángeles Planchuelo**

Ayudar al fumador



LA GESTIÓN INCIERTA

por **Sergio Minué**

Los riesgos del optimismo



EL ARTE DE LA CIRUGÍA

por **Iván Mañero**

Cirugía plástica estética, ¿necesidad o frivolidad?



EN LOS PASILLOS DE LA BIOÉTICA

por **Rogelio Altisent**

Opinión: Amy Winehouse

ENTREVISTAS EN TWITTER



Clara Benedicto

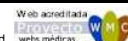
Lea la twitterview con Clara Benedicto (@ClaraBenedicto), médico de familia presente en la concentración de Sol. Para saber cómo seguir estas entrevistas en

directo, consulte nuestra guía 'Twitter en tres minutos'.

Aprender es ir más allá

Teiva | El Mundo | Marca | Expansión | Yodona | Aprende Inglés | Correo Farmacéutico | Medicina | Jugandovoy | Expansión Y Empleo | Su Vivienda |

Mapa Web | Contacto | Aviso Legal | Publicidad



©2011. Madrid. Unidad Editorial, Revistas

La información que figura en esta página web, está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que requiere una formación especializada para su correcta interpretación. S.V.P. nº 712-L-CM concedida por la Comunidad de Madrid, autoridad competente en la materia, el 10 de junio de 1997.

Nosotros subscribimos los Principios del código HONcode. Compruébalo aquí.

