

Medicina del Viajero

La importancia de la profilaxis en la consulta
antes de viajar

Dra. Sandra Belfiore

Jornadas Nacionales del Centenario de la Sociedad Argentina de Pediatría

Infectología Pediátrica

15 de Abril de 2011

LA IMPORTANCIA



En el mundo, en las últimas décadas, ha habido un gran incremento en el número de personas que viajan, por distintos motivos y a los más diversos destinos:

- Turismo organizado
- Turismo de aventura
- Negocios
- Cooperación humanitaria
- Familiares

Los viajes se hacen en corto intervalo de tiempo favoreciendo la capacidad de propagación de distintas enfermedades.

Pero más allá del objetivo de disminuir el riesgo de infección de las personas y evitar la propagación de las enfermedades transmisibles.

NO OLVIDAR...

**EL BIENESTAR DEL VIAJERO INTEGRALMENTE y
DE SUS ACOMPAÑANTES**

- Cada vez, con más frecuencia los niños acompañan a sus padres
- Y aunque los niños se adaptan mejor a los cambios que los adultos, son más susceptibles a las enfermedades infecciosas



Consulta antes de viajar...

El momento ideal para consultar al médico es por lo menos 4-6 semanas

Y debe abarcar:

- Características del viaje
- Estado de salud previo a la partida
- Profilaxis a través de la inmunidad o quimioprofilaxis
- **Hábitos y cuidados preventivos**

CONSIDERACIONES PREVIAS

Relacionado al viaje:

- itinerario geográfico
- duración de la estadía y estación del año
- zona urbana o rural
- Tipo de alojamiento: hotel o camping
- actividades a realizar

Respeto a la salud personal:

- alergia a medicamentos y vacunas
- edad
- enfermedades crónicas
- medicamentos de uso regular
- historia de inmunizaciones previas

CONSIDERACIONES PREVIAS

Respecto a las vacunas:

- Requeridas
- Recomendadas
- Habituales

Respecto a la quimioprofilaxis:

Contra la Malaria o Paludismo

- Si se viaja a zona endémica principal recomendación es NO viajar con niños
- De lo contrario emplear antipalúdicos orales
- Alertar sobre toda fiebre que comience a partir del séptimo día de la estadía

HABITOS y CUIDADOS PREVENTIVOS

En el avión: puede causar trastornos por cambios de presión

Riesgos relacionados con alimentos y agua

- la diarrea del viajero, como causa más frecuente de enfermedad infecciosa
- Fiebre Tifoidea, Hepatitis A, Polio, Cólera

El determinante más importante es el destino del viaje

Según la OMS se consideran 3 grados de riesgo:

- Bajo riesgo: EEUU, Canadá, Australia, Nueva Zelanda, Japón, los países del Norte y Europa Oriental
- Riesgo Intermedio: Europa del Este, Africa del Sur, Islas del Caribe
- Alto riesgo: Asia, Medio Oriente, Africa, México, Centro y Sur de América

HABITOS y CUIDADOS PREVENTIVOS



La mejor forma de protegerse **LAVARSE LAS MANOS CON FRECUENCIA**

Lavar los utensillos que usan los niños con frecuencia

Se aconseja el uso de agua embotellada para realizar la higiene bucal, facial y para cocinar

Lactancia materna

Evitar el hielo si no se tiene certeza de que ha sido preparado con agua potable.

HABITOS y CUIDADOS PREVENTIVOS



Las frutas deben pelarse bien en el momento de consumirlas

No es aconsejable el consumo de helados o jugos de fruta de los puestos callejeros

Las verduras crudas deben evitarse

Las bebidas que se consuman deben ser siempre embotelladas, de marca conocida y abiertas delante de uno mismo

Las carnes deben estar bien cocidos

Los pescados y mariscos

HABITOS y CUIDADOS PREVENTIVOS

Los productos lácteos que sean pasteurizados.

Pueden ser peligrosas las comidas que contengan huevos crudos o poco cocinados o los helados de origen dudoso.

Los alimentos cocinados y conservados a temperatura ambiente durante más de cuatro horas, se convierten en uno de los mayores riesgos de enfermedades de origen alimentario.

Precaución en las actividades recreativas acuáticas

Evitar andar descalzos.

Informar:

- Sobre síntomas y signos de deshidratación
- Uso de soluciones de rehidratación oral

HABITOS PREVENTIVOS

Prevención de picaduras de insectos y artrópodos

- Paludismo es la enfermedad infecciosa más frecuente y grave
- Dengue

Llevar ropa protectora: clara, mangas largas y pantalones largos

Impregnar la ropa con permetrina

En las habitaciones usar tela mosquitera, aire acondicionado, aerosoles

Repelentes o insecticidas: DEET (N,N-dietil-m-toluamida)

Otros consejos:

Llevar un botiquin:

- Medicación propia para enfermedades o síntomas a los que se es propenso
- Antitérmicos
- Antieméticos
- SRO
- Elementos básicos de curación y desinfección.

Contratar un seguro de Salud

Prevención sobre accidentes

Cuidados del calor y el sol:

- Sombrero
- Protector solar
- Correcta hidratación

Al regreso a casa

- Preste atención al estado de salud
 - Visita al pediatra para:
 - Valorar el estado de salud
 - Completar los esquemas de vacunación si es necesario
 - Continuar con la medicación antipalúdica si se inicio
 - Alertar ante cualquier episodio de fiebre

Cada vez viajamos más y más lejos y los niños no se quedan ya con los abuelos



Gracias