Centros en Madrid

DÓNDE ACUDIR ANTES DEL VIAJE:

Sanidad Exterior
C/ Francisco Silvela, 57, 1ª planta. Madrid
Teléfono para solicitar cita previa: 902 02 73 73

Hospital Carlos III
C/ Sinesio Delgado, 10. Madrid
Teléfono para solicitar cita previa: 91 453 26 72

Centro Monográfico de Salud Internacional. Ayuntamiento de Madrid
C/ Montesa, 22 Edificio A, planta baja. Madrid
Teléfono para solicitar cita previa: 902 333 010

DÓNDE ACUDIR AL REGRESO DEL VIAJE:

Hospital Ramón y Cajal
Ctra de Colmenar, km 9,1. Madrid
Teléfono para solicitar cita previa: 91 336 81 08

Hospital Carlos III
C/ Sinesio Delgado, 10. Madrid
Teléfono para solicitar cita previa: 91 453 26 72

INFORMACIÓN EN INTERNET:

www.viajarsano.com

www.msc.es (La salud también viaja)

Protégete de las enfermedades y disfruta del viaje.

SaludMadrid

Hospital Universitario Ramón y Cajal

Comunidad de Madrid

Y ahora, cuídate y cuida a los tuyos

Hospital Ramón y Cajal
Unidad de Medicina Tropical
Servicio de Enfermedades Infecciosas

Carretera de Colmenar, km. 9,1 28034 - Madrid

91 336 81 08

Begoña (línea 10)

Estación Ramón y Cajal

Bus 125, 135 (Plaza de Castilla)

sanofi aventis
La Salud es lo esencial

SALUD Y VIAJES

Salud Entre Culturas
Asociación para el Estudio de las Enfermedades Infecciosas

tu salud es tu futuro

SALUD Y VIAJES

Por qué protegerme si voy a viajar a mi país

Porque hay enfermedades que no existen aquí y contra las que el cuerpo no tiene protección natural o la ha ido perdiendo con el tiempo. Es especialmente importante proteger a los niños.

Precaución

Qué **riesgos** tengo si viajo al trópico

Los viajeros tienen riesgo de adquirir determinadas infecciones, como las transmitidas por el agua, por los alimentos o por la picadura de insectos.

La **malaria** o **paludismo**, transmitido por la picadura de un mosquito, es una enfermedad que puede tener consecuencias muy graves, sobre todo en **niños** y **mujeres embarazadas**.

Debe prevenir esta enfermedad si va a viajar a África o a determinadas zonas de Latinoamérica y Asia.

Qué debo hacer **antes** del viaje

Al menos un mes antes del viaje, conviene acudir a su médico o pediatra para recibir consejo sanitario.

Los niños deben llevar todas las **vacunas** al día, e incluso adelantar algunas. Dependiendo del viaje, algunas son obligatorias (fiebre amarilla, meningitis) y otras recomendables (hepatitis A, fiebre tifoidea).

Los Centros de Vacunación Internacional proporcionan estas vacunas, así como la medicación para prevenir la malaria o paludismo.

Qué hacer **durante** el viaje

Tomar las pastillas para la malaria o paludismo si las indicó el médico.

Utilizar una mosquitera para dormir (así se previene la picadura de insectos que pueden transmitir enfermedades).

Usar repelentes de insectos.

Comer alimentos recién preparados y evitar aquellos que lleven tiempo a temperatura ambiente.

Tomar precauciones si se entra en contacto con gente enferma.

Beber agua potable. Para los niños y para preparar los biberones de los bebés es preferible utilizar agua embotellada.

Extremar las precauciones con objetos cortantes o instrumental sanitario:

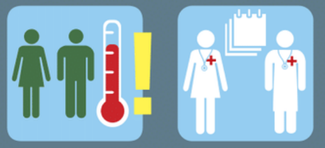
Recuerde que hay riesgo de transmisión de enfermedades con inyecciones, extracciones dentales si el material no es estéril, así como con transfusiones de sangre si ésta no se analiza.

Utilizar preservativo si se tienen relaciones sexuales.

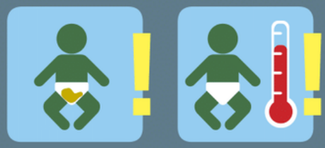
Recuerde que el preservativo puede protegerle de muchas infecciones.

Qué debo tener en cuenta **después** del viaje

Debe seguir tomando las pastillas para la malaria tal y como le indicaron.



Si usted o sus hijos presentan síntomas como diarrea o problemas en la piel al regreso del viaje, deben acudir a un centro sanitario.
Si aparece fiebre debe hacerlo de manera urgente, ya que puede deberse a malaria o paludismo.



La malaria en los niños también puede dar diarrea o tos.