



REGIONE DEL VENETO

POBLACIONES EMIGRANTES: VIAJES Y SALUD

Consejos sanitarios para quien regresa al país de origen



© 2004 Región Véneto

1ª Edición, diciembre de 2004.

La Región Véneto autorizará toda solicitud de reproducción de este folleto o de las partes del mismo siempre que sirva a fines de Sanidad pública y no a fin de lucro.

Los pedidos por escrito se deberán dirigir a: Dirección Regional para la Prevención, Dorsoduro, Rio Novo, 3493; 30123 Venecia

Revisión del texto a cargo de:

Dr. G. Napoletano, Dr. Z. Bisoffi, ASV C. Liera.

Dibujos de:

Marco Marangone y Roberto Albertini.

Traducción de:

Maria Font

Agradecemos al Dr. Erminio Bonsembiante, al Dr. Mario Marsiaj y a la Dra. Anna Pupo por la valiosa colaboración aportada a la revisión de los contenidos del folleto.

Bibliografía:

1. WHO: Vaccination requirements and health advice. Situation as on 1 January 2004". Vaccination requirements and health advice. Situation as on 1 January 2004".
2. Department of Health and Human Services - CDC - Atlanta, Georgia: Health Information for International Travel 2003-2004.
3. American Academy of Pediatrics: "Red Book" - 2003, Quinta edición.
4. David L. Heymann M.D., Manuale per il controllo delle malattie trasmissibili: 18ª edizione 2004.
5. Steffen, DuPont, Wilder-Smith, Travel Medicine and Health, Second Edition.
6. Frame JD et. Mortality trends of American missionaries in Africa, 1945-1985. Am J Trop Med Hyg 1992 ; 46 : 686-690.
7. G. Bartolozzi. Vacunas y Vacunaciones. 2002 - Masson SpA.
8. Ministerio de Salud: Clinical Evidence, edición Italiana, nº 1, año 2001.
9. M. Moroni, R. Esposito, F. De Lalla, Enfermedades Infecciosas, sexta edición, Masson.

INTRODUCCIÓN

Este folleto reproduce algunas informaciones sanitarias para los extranjeros extracomunitarios que periódicamente retornan a su país de origen.

De hecho, muchas enfermedades existentes en áreas tropicales se pueden prevenir realizando algunas vacunaciones y adoptando simples precauciones.

En todas las ASL de la Región Véneto hay un ambulatorio para la prevención de las enfermedades del viajero, en donde es posible recibir consejos y realizar las vacunaciones útiles para el viaje.

1 - ANTES DE PARTIR

Antes de emprender un viaje, visite a su médico de confianza y al pediatra de sus niños, para recibir informaciones y consejos sobre algunos medicamentos para llevar consigo que podrían serle útiles.

Por lo menos un mes antes de viajar puede acordar una cita para realizar las vacunaciones en tiempo útil en el ambulatorio para viajeros internacionales de su ASL. Incluso en el caso en que, la partida sea próxima, es igualmente oportuno pedir consejos al personal idóneo de los ambulatorios, para afrontar el viaje y la estancia en el mejor modo posible.

El viaje no es aconsejable para las mujeres embarazadas ni para los niños muy pequeños.

1.1 VACUNACIONES



FIEBRE AMARILLA

¿Qué es la Fiebre Amarilla? ¿Cómo se transmite?

La Fiebre Amarilla es una enfermedad muy grave, a menudo mortal que afecta al hígado y es provocada por

un virus transmitido al hombre por un mosquito que pica generalmente de día.
Se encuentra en toda el África ecuatorial y en las zonas septentrionales de América del Sur.

¿Cuándo realizar la vacunación?

Por lo menos 10 días antes de la partida y es válida durante 10 años. Los niños pueden ser vacunados a partir del 6º mes de vida.

TÉTANO-DIFTERIA

¿Qué son el tétano y la difteria? ¿Cómo se transmiten?

El tétano es una enfermedad muy grave, a menudo mortal, provocada por una bacteria transmitida a través de las heridas, rasguños aunque sean leves y también al utilizar material no estéril para realizar tatuajes, circuncisiones, abortos o durante el parto.

La difteria es provocada por una bacteria que se transmite a través de gotitas de saliva lanzadas al aire con la tos, los esputos o los estornudos de una persona enferma o por una persona portadora de la bacteria que no presenta los síntomas. Puede provocar daños al corazón, a los riñones y al cerebro. En la garganta se forman membranas muy densas que pueden llevar al sofocamiento y a la muerte.

¿Cuándo realizar la vacunación?

La vacunación se pueden realizar poco antes del viaje y da protección durante 10 años por lo menos. Todos los niños nacidos en Italia son vacunados durante el primer año de vida.

POLIOMIELITIS

¿Qué es la Poliomielitis? ¿Cómo se transmite?

La enfermedad se debe a un virus que se transmite beviendo agua o tomando alimentos contaminados, también se transmite por la saliva provocando, en los casos más graves parálisis, por lo general en las extremidades. En algunos casos puede llevar a la muerte.

¿Cuándo realizar la vacunación?

Todos los niños nacidos en Italia son vacunados antes del primer año de vida.

La vacunación se puede realizar poco antes del viaje y protege por lo menos, durante 10 años. Es aconsejable para los adultos y para los niños que nunca han sido vacunados y que regresen a su país, especialmente si allí hay epidemias declaradas. En estos casos, aunque se haya completado el ciclo de vacunación, es oportuno realizar una dosis de refuerzo.

FIEBRE TIFOIDEA

¿Qué es la Fiebre tifoidea? ¿Cómo se transmite?

Es una grave infección febril acompañada de diarrea provocada por una bacteria que se transmite beviendo agua o comiendo alimentos contaminados.

¿Cuándo realizar la vacunación?

La vacuna se suministra 10-15 días antes de partir, si se viaja a menudo es conveniente repetirla cada 3 años.



HEPATITIS A

¿Qué es la Hepatitis A? ¿Cómo se transmite?

Es una enfermedad provocada por un virus que afecta al hígado y se transmite beviendo agua o comiendo alimentos contaminados.

¿Cuándo realizar la vacunación?

Se puede suministrar una dosis incluso poco antes de partir y la protección contra la enfermedad dura por lo menos un año. Si se realiza una segunda dosis después de 6-12 meses, la protección dura por lo menos 10 años. La vacunación es aconsejable sobre todo para los niños, que pueden ser vacunados desde el 5º mes de vida.

HEPATITIS B

¿Qué es la Hepatitis B?

Es una enfermedad contagiosa que afecta al hígado. Es provocada por un virus que penetra en el organismo a través de la sangre o de otros líquidos corporales, incluidos el líquido seminal y vaginal.

Es transmitida por personas enfermas o portadoras del virus aunque no presenten síntomas.

¿Cómo se transmite?

Mediante relaciones sexuales, por contacto con sangre infectada incluidas las pequeñas heridas (agujas contaminadas, hojas de afeitar, cepillos de dientes, tijeras para uñas, peines y todo elemento cortante), tatuajes, pinchazos de jeringuillas. Los niños pueden contagiarse al nacer de una madre enferma o portadora del virus.

¿Cuándo realizar la vacunación?

Por lo menos un mes antes de partir. Los niños nacidos en Italia son vacunados antes del primer año de vida.

Es necesario precisar que la vacunación protege sólo de la Hepatitis B. Para aquellos que tienen relaciones sexuales ocasionales, además de las vacunaciones se recomienda el uso de preservativo, que además protege de enfermedades como el SIDA, la sífilis, la gonorrea y otras infecciones de transmisión sexual.

MENINGITIS MENINGOCÓCICA

¿Qué es la Meningitis meningocócica? ¿Cómo se transmite?

Es un enfermedad provocada por bacterias y se trasmite a través de gotitas de saliva de enfermos o de personas que tienen el microbio pero que no presentan síntomas. Puede provocar, en los casos más graves, daños al cerebro y la muerte.

¿Cuándo realizar la vacunación?

Por lo menos 10/15 días antes de viajar y protege alrededor de 3 años. Las vacunaciones están indicadas para los viajeros que regresan a su país de origen por períodos largos (África ecuatorial) o si allí hay epidemias declaradas.

El certificado de vacunación se pide obligatoriamente a los peregrinos que se dirigen a La Meca.

SARAMPIÓN

¿Qué es el Sarampión? ¿Cómo se transmite?

Es una enfermedad infecciosa muy contagiosa provocada por un virus. Se transmite a través de gotitas de saliva o por contacto directo con los mocos de una persona enferma.

Sobretudo en niños pequeños, puede causar pulmonía, daños al oído y al cerebro.

¿Cuándo realizar la vacunación?

La vacunación se realiza al menos 10 días antes de partir. Los niños nacidos en Italia se vacunan en general entre el 12º y el 15º mes de vida y son vacunados nuevamente a los 5 - 6 años.

Las vacunaciones se pueden realizar a cualquier edad en personas que no hayan sido jamás vacunadas o que no hayan tenido aún la enfermedad.

La vacuna existe asociada a la de la rubéola y a la de la parotiditis, que son otras dos importantes enfermedades provocadas por virus.

RABIA

¿Qué es la Rabia? ¿Cómo se transmite?

Es una enfermedad difundida en todos los países de la franja tropical y subtropical, y se debe a un virus que se encuentra en la saliva de animales infectados (perros, zorros, chacales, murciélagos, etc.). Se transmite a través de una mordida o rasguño y es inevitablemente mortal.

¿Cuándo realizar la vacunación?

Al menos un mes antes de partir y protege alrededor de 3 años.

Está indicada para prevenir la enfermedad a aquellos que permanecen por largo tiempo en zonas de riesgo, especialmente si no es posible disponer de la vacuna en forma inmediata.

Dada la gravedad de la enfermedad, en caso de mordedura de un animal sospechoso, aunque se esté vacunado es necesario dirigirse rápidamente a una estructura sanitaria para recibir tratamiento.

CÓLERA

¿Qué es el Cólera? ¿Cómo se transmite?

Es una enfermedad provocada por bacterias que se transmite por medio de alimentos y agua contaminados y se manifiesta con una diarrea abundante.

¿Cuándo realizar la vacunación?

Se realiza por lo menos 10 días antes de partir y protege durante 6 meses.

Dada la breve duración de la protección de la vacunación, para no enfermarse es importante, seguir con atención los consejos referentes al agua y a los alimentos descritos en el capítulo sucesivo.

2 - EN VIAJE

2.1 RIESGOS RELACIONADOS CON ALIMENTOS Y BEBIDAS

Con los alimentos y las bebidas se pueden contraer algunas enfermedades infecciosas, que se manifiestan principalmente con diarrea.

Este riesgo es más elevado en los países de la franja tropical o subtropical.

Si regresa a su país de origen y en especial con niños nacidos en Italia, en donde las costumbres alimenticias son distintas, le recomendamos seguir algunos consejos simples que le ayudarán a estar bien durante su estancia.



¿Sabía que si el agua no proviene de fuentes seguras puede causar enfermedades?

Si adopta las siguientes precauciones tendrá una mayor seguridad de no enfermarse:

- beba siempre agua de botella cerrada o proveniente de fuentes seguras (pozo profundo);

- si no tiene a disposición agua embotellada, puede beber té o agua común después de haberla hervido durante algunos minutos;
- use hielo sólo si hasido preparado con agua proveniente de una fuente segura;
- para lavarse los dientes use siempre agua hervida o proveniente de una fuente segura.

¿Sabía que es necesario consumir los alimentos bien cocidos?

La cocción de los alimentos destruye los gérmenes que pueden ser responsables de importantes formas de diarrea, por consiguiente:

- coma alimentos bien cocidos y servidos aún calientes después de la cocción;
- evite alimentos crudos. en especial carne, pescado, huevo, ensaladas, macedonia de fruta;
- la fruta y la verdura cruda pueden consumirse si han sido lavadas con agua segura; la fruta con cáscara debe ser pelada por uno mismo sólo después de haberse lavado bien las manos;
- utilice leche envasada y pasteurizada, si no es así, haga la hervir antes de consumirla.

¿Sabía que es importante lavarse bien las manos?

Con las manos se pueden difundir algunas enfermedades infecciosas al preparar y consumir los alimentos. Lavarse siempre las manos con agua y jabón, especialmente cada vez que vaya al retrete y antes de comer.

¿Sabía que es importante la higiene de los locales en donde se compran o se consumen alimentos?

Los alimentos conservados en ambientes poco limpios y

con presencia de insectos pueden causar infecciones intestinales, por consiguiente le aconsejamos, comprar alimentos y bebidas en lugares limpios y en donde los alimentos estén bien conservados: los vendedores ambulantes o los mercados ofrecen menos garantías. Si decide comer fuera de casa, elija lugares aseados y protegidos de las moscas.

2.2 INFORMACIONES SOBRE LA MALARIA

¿Conoce la malaria? ¿Sabe cómo se transmite?

Es una enfermedad existente en los países de las áreas tropicales del mundo y particularmente en Asia, África ecuatorial, América central y del sur.

Es provocada por parásitos que pueden transmitirse al hombre por los mosquitos que suelen picar al atardecer, durante la noche y hasta al alba.

¿Sabe cómo se manifiesta?

La enfermedad se manifiesta principalmente con fiebre. Pueden asociarse escalofríos, dolor de cabeza, dolor y debilidad muscular, vómito, diarrea y tos.

Los síntomas aparecen aproximadamente entre los 7 y 30 días después de la picadura del mosquito infectado; y más raramente después de algunos meses

La malaria se debe diagnosticar lo antes posible (en las primeras 24 horas) desde el inicio de los síntomas, sino si se descuida puede convertirse en una enfermedad muy grave e incluso mortal.

Recomendaciones antes de organizar un viaje hacia un país en donde existe la malaria:

- tenga en cuenta que durante la estación de lluvias el riesgo de enfermarse es más elevado porque aumenta la presencia de mosquitos;

- si está embarazada, siempre que sea posible, aplace el viaje porque puede enfermarse gravemente y perder a su hijo;
- si no es absolutamente necesario no lleve a zonas con malaria a recién nacidos ni a niños muy pequeños, ya que para ellos la enfermedad puede ser muy grave.



¿Qué medidas de protección puede adoptar para reducir el riesgo de enfermarse de malaria?

Lo más importante en absoluto es protegerse bien de las picaduras de mosquitos, por consiguiente:

- alójese si es posible, en habitaciones bien construidas, en buen estado y con puertas y ventanas bien protegidas con mosquitera contra insectos. Si no dispone de mosquitera contra insectos, mantenga puertas y ventanas cerradas desde el atardecer. Antes de ir a la cama, controle que no haya mosquitos en la habitación;
- coloque una mosquitera encima de la cama sujetándola bien bajo el colchón. Asegúrese de que no esté rota, que no hayan quedado mosquitos en su interior y para mejor protección rocíela con insecticida;



- si sale por la noche (recuerde que el período de riesgo va desde el atardecer hasta las primeras horas de la mañana) vista prendas suficientemente gruesas y anchas, de color claro con mangas largas y calcetines gruesos;
- no usar perfumes o loción para después del afeitado, porque atraen los mosquitos;
- aplíquese lociones repelentes, cada 3-4 horas en las partes descubiertas del cuerpo; recuerde que las lociones se eliminan con el frotamiento y con la lluvia. El producto más eficaz es la dietiltuolamida (Autan), pero no la use si está embarazada;
- utilice insecticidas a base de permetrina para rociar las prendas de vestir y evitar que los mosquitos piquen a través de los vestidos;
- no rociar los productos contra insectos en el rostro, en los ojos, ni en los labios.



¿Sabe cómo tomar los medicamentos contra la malaria?

Los medicamentos contra la malaria deben ser prescritos

por su médico de familia o por el médico del ambulatorio para los viajes internacionales. Ellos le indicarán la profilaxis más indicada para usted y su familia. Si el medicamento prescrito le provoca trastornos, coméntelo con su médico para decidir si debe continuar tomándolo o debe sustituirlo por otro medicamento.

RECUERDE!!!

Si aún está tomando medicamentos contra la malaria y después de una semana o más de regresar de una zona donde hay malaria, empieza a tener fiebre, le recomendamos que se dirija inmediatamente (por lo menos en 24 horas) a un médico o a un centro sanitario para verificar si está enfermo, en cuyo caso, iniciar el tratamiento apropiado.

3 - AL REGRESAR

Algunas enfermedades de zonas tropicales se pueden manifestar pasado algún tiempo desde el viaje. Si al regresar a Italia presenta molestias como fiebre, diarrea, dolor de vientre, o erupciones cutáneas, diríjase lo antes posible a un médico informándole de haber estado en su país.

Es importante que continúe tomando los medicamentos contra la malaria incluso al regresar del viaje: de hecho, muchos casos de enfermedad surgen en personas que suspenden la prevención demasiado pronto.

Puede consultar el Ambulatorio para la prevención de las enfermedades del viajero que está vinculado a estructuras de referencia especializadas, regionales y nacionales.

Es importante que al regresar, complete las vacunas que inició antes de partir.

ÍNDICE

Introducción	pág. 1
1. Antes de partir	
1.1 <i>Vacunaciones</i>	pág. 3
2. Durante el Viaje	
2.1 <i>Riesgos relacionados con alimentos y bebidas</i>	pág. 10
2.2 <i>Informaciones sobre la malaria</i>	pág. 12
3. Al regresar	pág. 15

**Centros sanitarios autorizadas en Véneto para realizar
certificados válidos para uso internacional**
(DD.MM. 02.04.2002)

ASL n° 1	Belluno, v. Feltre, 57 – tel. 0437-216792
ASL n° 3	Bassano del Grappa (VI), v. Cereria, 15 – tel. 0424-885500
ASL n° 4	Thiene (VI), v. Rasa, 9 – tel. 0445-389262; 389291
ASL n° 5	Arzignano (VI), v. Kennedy, 2 – tel. 0444-475681; 475684
ASL n° 6	Vicenza, v. IV Novembre, 46 – tel. 0444-992218
ASL n° 7	Conegliano (TV), v. Maset, 1 – tel. 0438-663924; 663925
ASL n° 8	Montebelluna (TV), v. D. Alighieri, 12, – tel. 0423-611715; 611714
ASL n° 9	Treviso, v. Castellana, 2 – tel. 0422-323757
ASL n° 10	S. Donà di Piave, v. Trento, 19 – tel. 0421-227879; 227819
ASL n° 12a	Venezia, Ospedale Civile SS. Giovanni e Paolo Castello 6776, c/o Canal del Pianto 041-5295857
ASL n° 12b	Zelarino -Mestre (VE), Ple L. Giustiniani, 11/D – tel. 041-2608957
ASL n° 13	Dolo (VE), v. XXIV Aprile, 2 – tel. 041-5133505; 5133111
ASL n° 14	Chioggia (VE), Calle Vianelli, 1010 – tel. 041-5572305
ASL n° 15	Cittadella (PD), v. Pilastroni, 15 – tel. 049-9424433; Camposampiero (PD), via P. Cosma,1 – tel.049-9324677
ASL n° 16	Padova, v. Ospedale, 22 – tel. 049-8214216
ASL n° 19	Adria (RO), P.le Rovigno – tel. 0426-941602; 941634
ASL n° 20	Verona, v. Salvo D'Acquisto, 7 – tel. 045-8075918; 8075911
ASL n° 22	Negrar (VR), Centro Malattie Tropicali, Ospedale Sacro Cuore, v. Sempreboni, 5 - tel. 045-6013324; 6013111
ASL n° 22	Bardolino (VR), v. D. Alighieri, 20 – tel. 045-6213100; 6213116
Ufficio di Sanità Marittima ed Aerea	Dolo (VE), v. Piave, 2 – tel. 041-5102377