



Medicina Preventiva en viajes internacionales



Universidad
de Cantabria

Javier Llorca
Medicina Preventiva y Salud Pública

Riesgos para el viajero

- Enfermedades infecciosas
 - Transmitidas por alimentos:
 - Hepatitis A
 - Fiebre tifoidea
 - Intoxicaciones alimentarias
 - Transmisión sexual:
 - Hepatitis B
 - SIDA
 - Transmitidas por artrópodos:
 - Paludismo
 - Fiebre amarilla
 - Dengue
 - Otras (meningitis, gripe,...)

Riesgos para el viajero

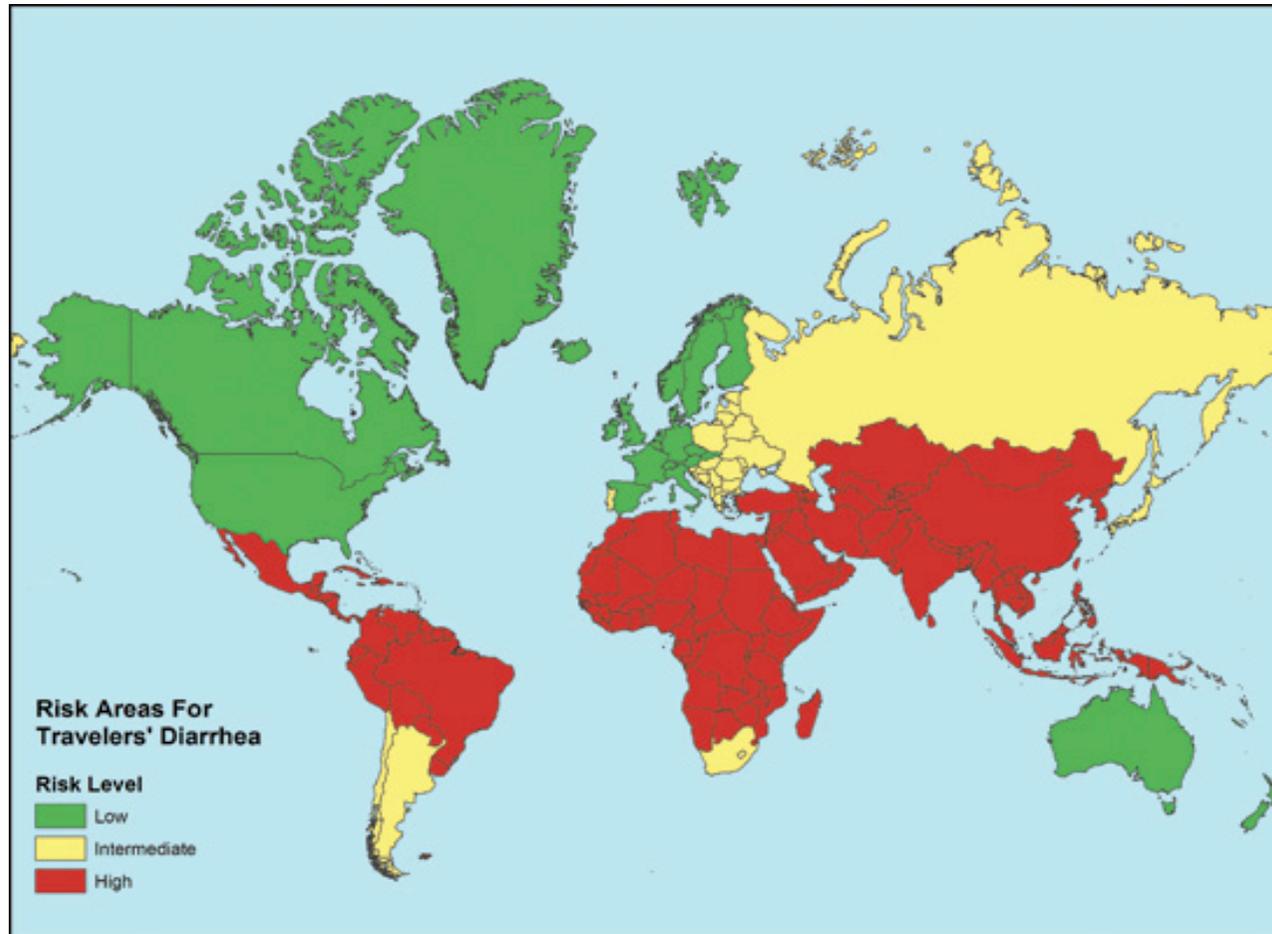
- Jet lag
- Mal de altura
- Envenenamientos
- Accidentes

Factores del viaje que influyen en el nivel de riesgo

- Duración
- Nivel de organización
 - Mochileros
 - Operadores turísticos
- Finalidad
 - Trabajo
 - Turismo
 - Cooperación
- Destino
- Rural / Urbano

Prevención de las enfermedades transmitidas por alimentos o agua

- Enfermedades:
 - Diarrea del viajero (20-50%)
 - Fiebre tifoidea
 - Polio
 - Hepatitis A
 - Amebiasis
 - Ciguatera
- Pelar la fruta
- Evitar los alimentos crudos
- Usar sólo bebidas embotelladas (con gas son más seguras)
- Si el agua no es embotellada: dos gotas de lejía/litro, pastillas potabilizadoras o hervido.
- Café o té son seguros si son de infusión pero no si son solubles
- Evitar el hielo en las bebidas



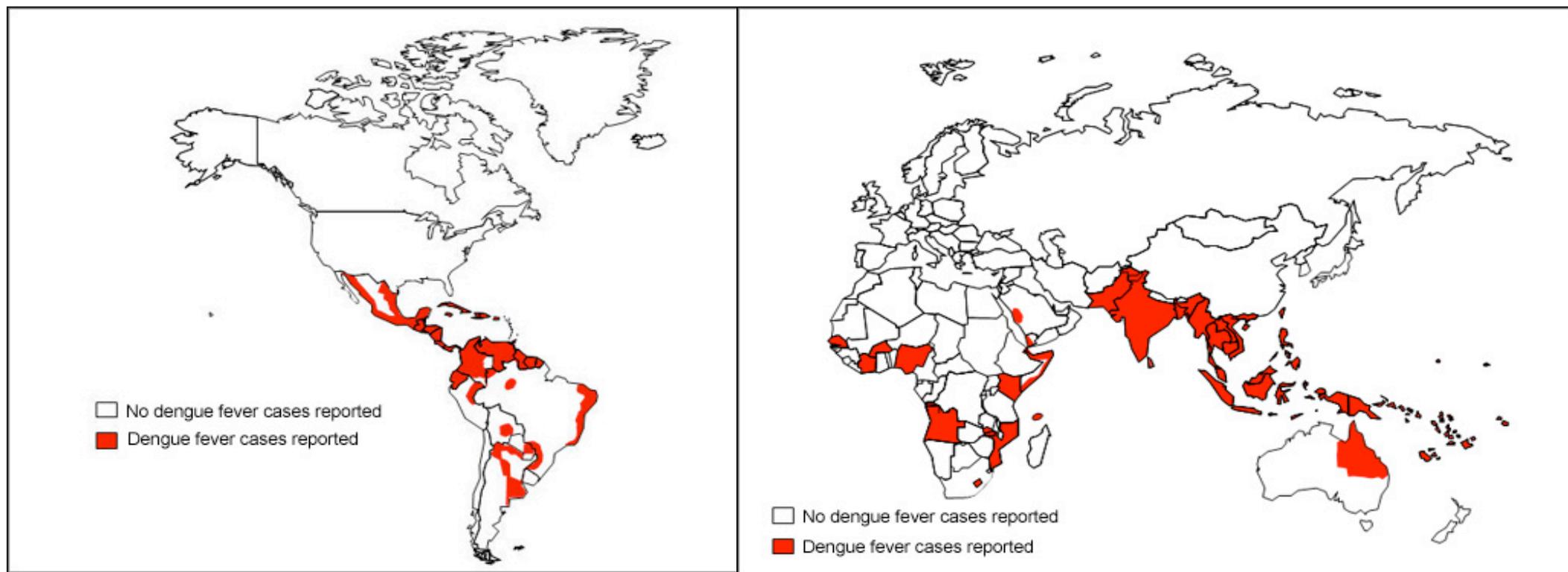
Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública

Prevención de las enfermedades transmitidas por artrópodos

- Repelentes de insectos: en zonas descubiertas, al atardecer
 - N-N-Dietil-Toluamida
 - Piretrinas
 - Los repelentes de ultrasonidos no son eficaces
- Manga larga y pantalón largo
- Mosquitero en las ventanas o en la cama, impregnado con piretrinas
- Insecticida antes de acostarse
- En viajes largos: planchar la ropa a temperatura alta

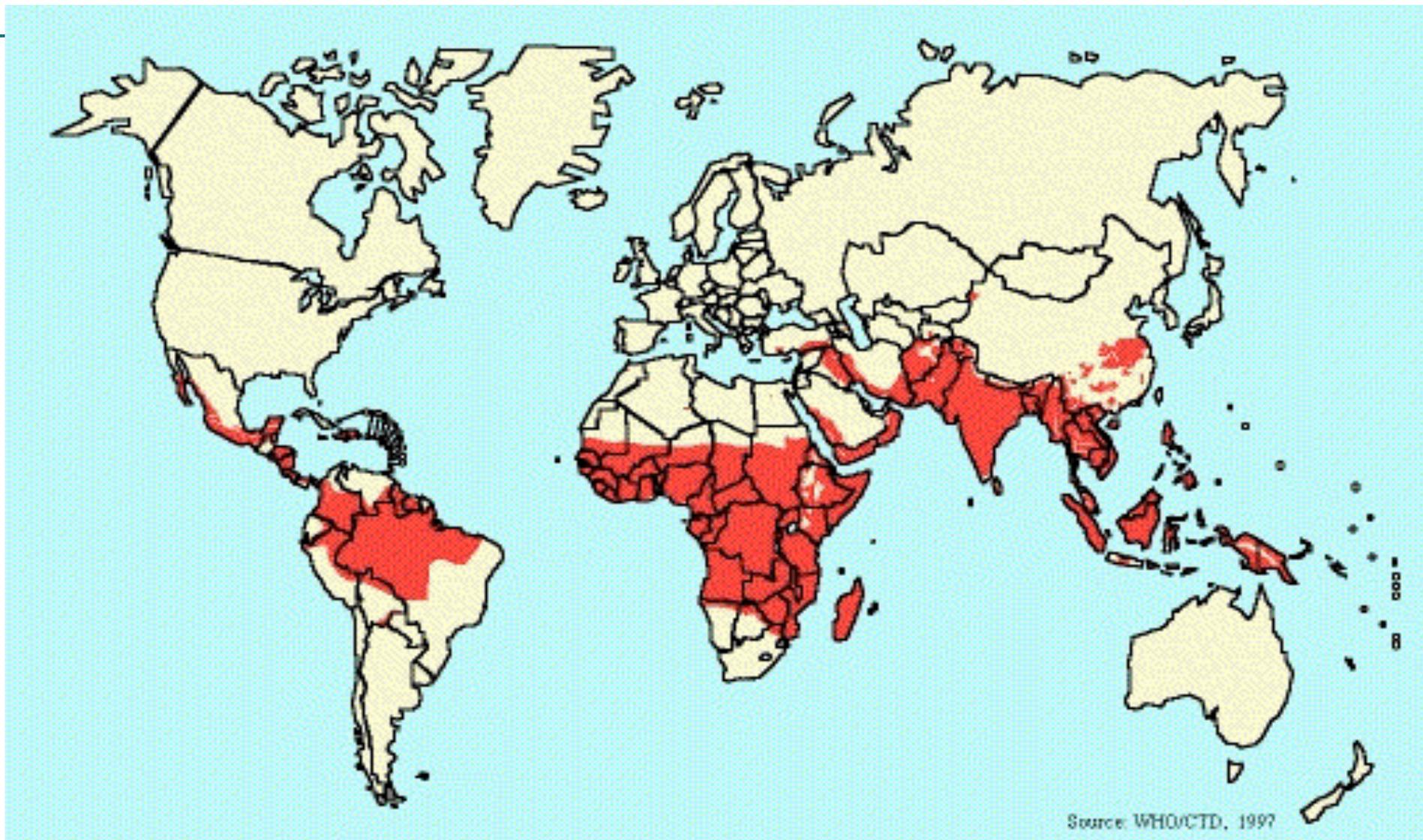
Prevención de las enfermedades transmitidas por artrópodos: Dengue



Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública

Prevención de las enfermedades transmitidas por artrópodos: Paludismo



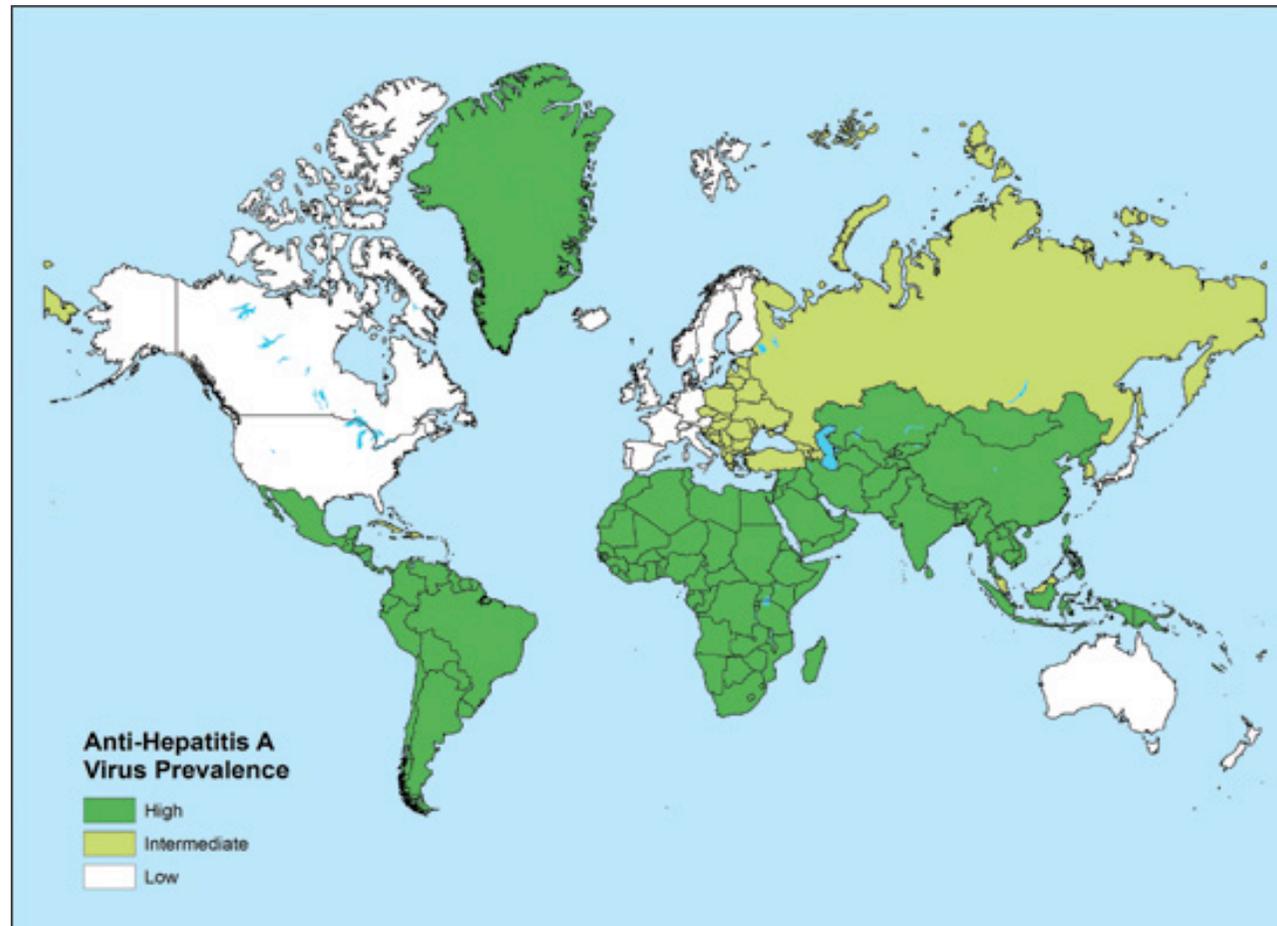
Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública

Vacunas para un viaje: hepatitis A

- Mayor riesgo en viajes a zonas rurales o en quienes consumen agua o bebida en lugares de mal saneamiento.
- Sin embargo, muchos casos de hepatitis A afectan a viajeros con itinerario turístico estándar
- Vacuna (o inmunoglobulina humana inespecífica si no es posible vacunar). Valorar según la edad.

Vacunas para un viaje: hepatitis A



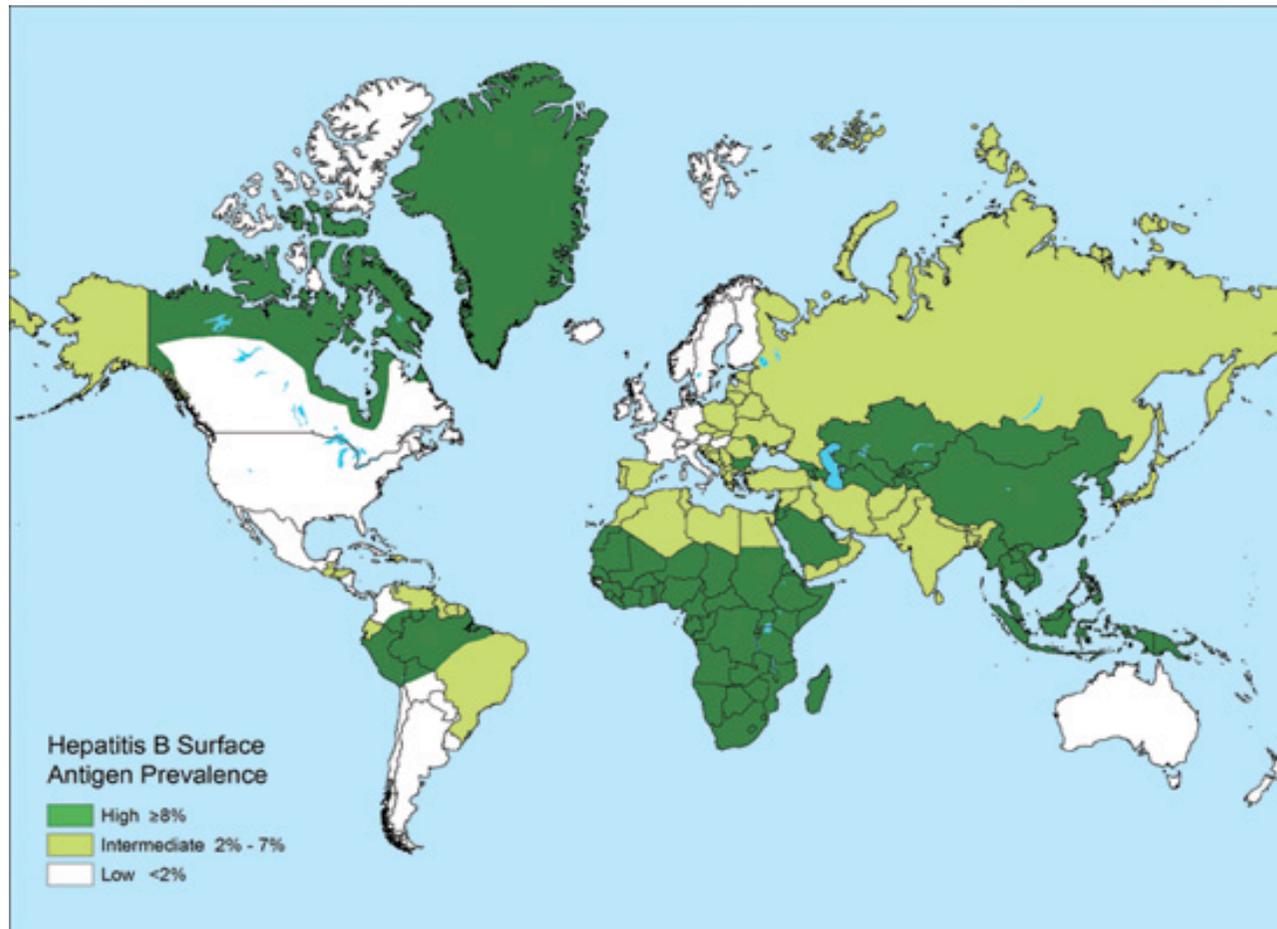
Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública

Vacunas para un viaje: hepatitis B

- El riesgo para los viajeros es generalmente bajo, excepto para ciertos viajeros en países con alta endemia de VHB.
- Indicación de vacuna: considerar:
 - Prevalencia de portadores en la población local
 - Riesgo de contacto directo con sangre, secreciones o sexual
 - Duración del viaje

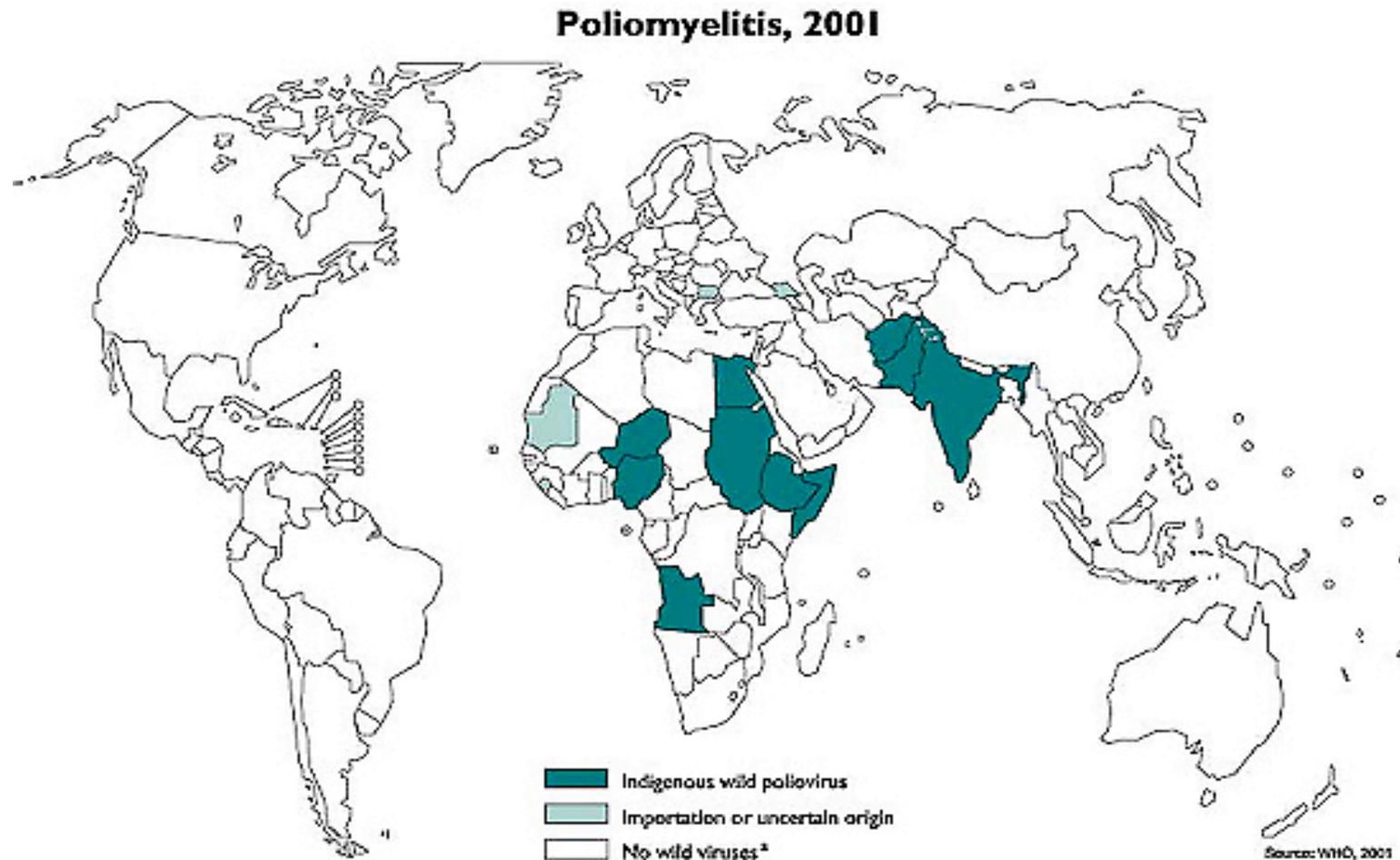
Vacunas para un viaje: hepatitis B



Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública

Vacunas en un viaje: Polio

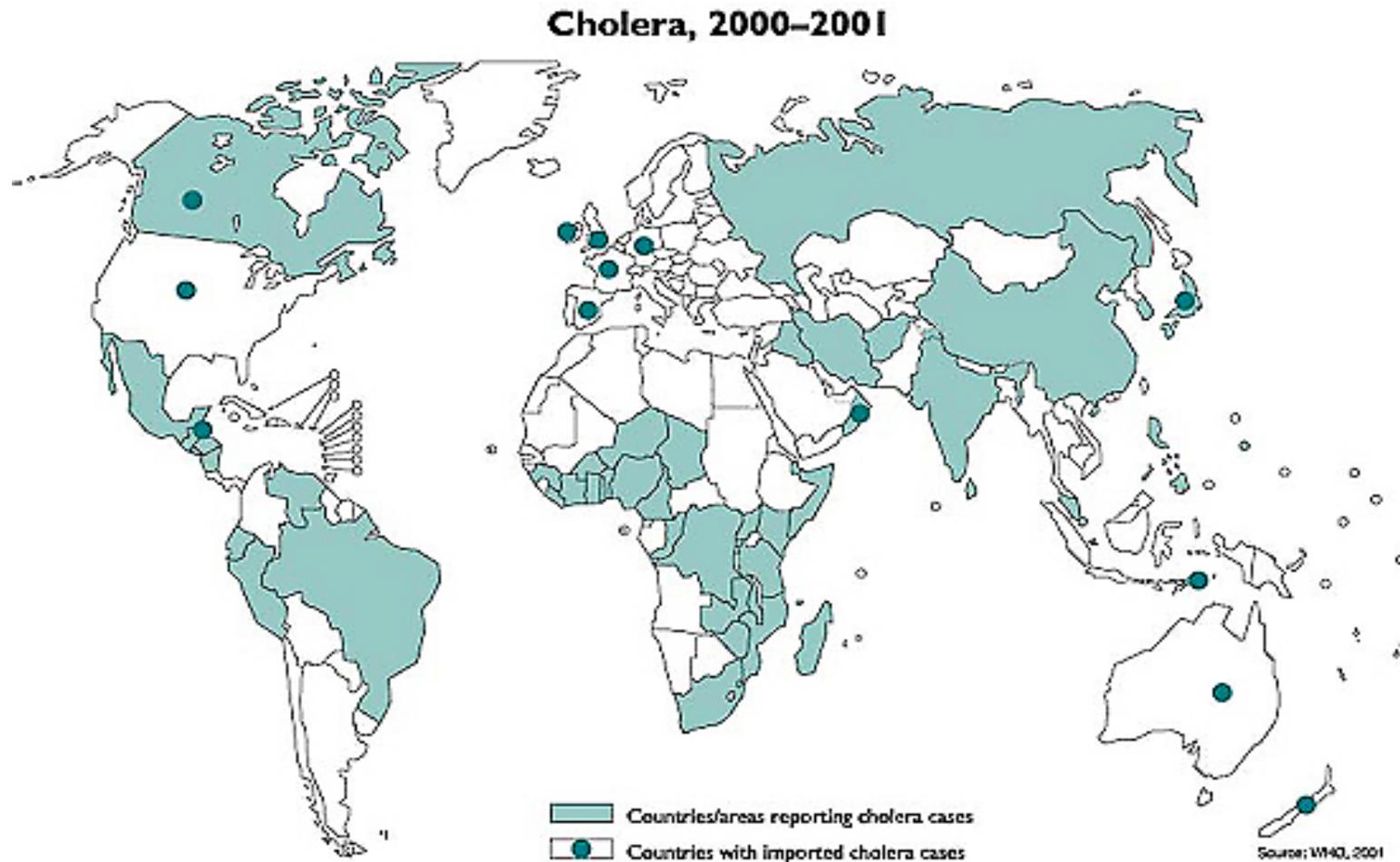


^a Countries bordering an area where wild poliovirus transmission occurs should be considered to pose a risk for travellers. The Democratic Republic of the Congo should be considered as continuing to pose a risk, although no virus has been detected in that country for over a year.

Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública

Vacunas para un viaje: Cólera (vacuna poco eficaz)



Fuente: OMS

Vacunas para un viaje: Fiebre amarilla

- Ocurre rara vez en viajeros, pero en los últimos años varios turistas han muerto por fiebre amarilla



Fuente: OMS



Javier Llorca.

Medicina Preventiva y Salud Pública

Prevención de otras enfermedades infecciosas (I)

- Meningitis meningocócica: vacunación si viajes a:
 - Cinturón africano
 - Arabia Saudí (periodo Hadj) (requiere vacuna tetravalente)
- Gripe: vacunación en las personas en las que está indicado, cuando viajan al hemisferio sur en nuestros primavera/verano
- Encefalitis japonesa: vacunación en viajes de más de 1 mes a zonas rurales de India o Sudeste de Asia.

Vacunas para un viaje: Encefalitis japonesa



Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública



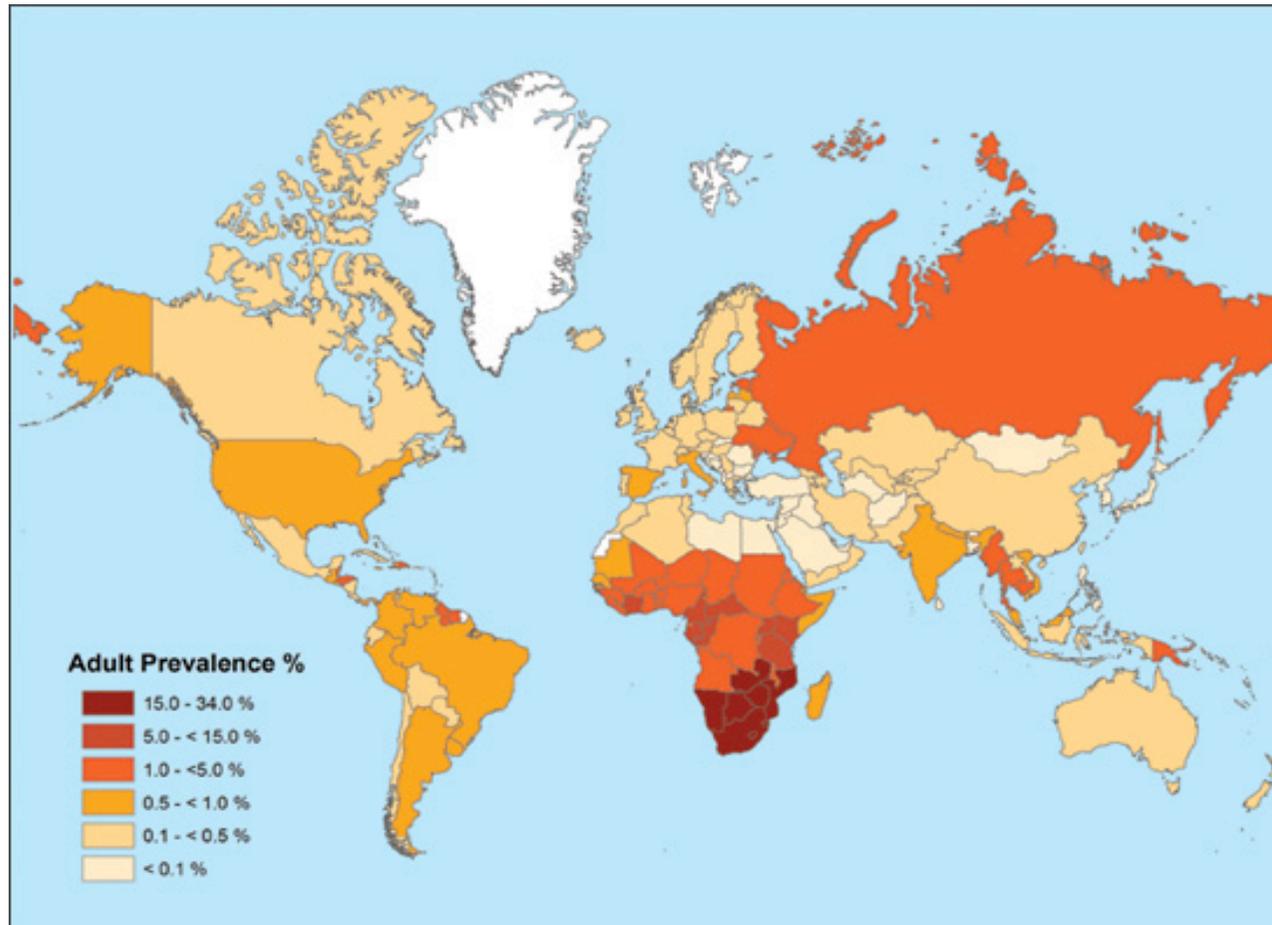
Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública

Prevención de otras enfermedades infecciosas (II)

- Encefalitis primavero-estival: vacunación en viajes a zonas rurales de Europa central
- Tétanos y difteria: poner al día, con independencia del destino
- Fiebre tifoidea: vacunación en viajes a países subdesarrollados
- Enfermedades de transmisión sexual: las mismas precauciones que sin viaje

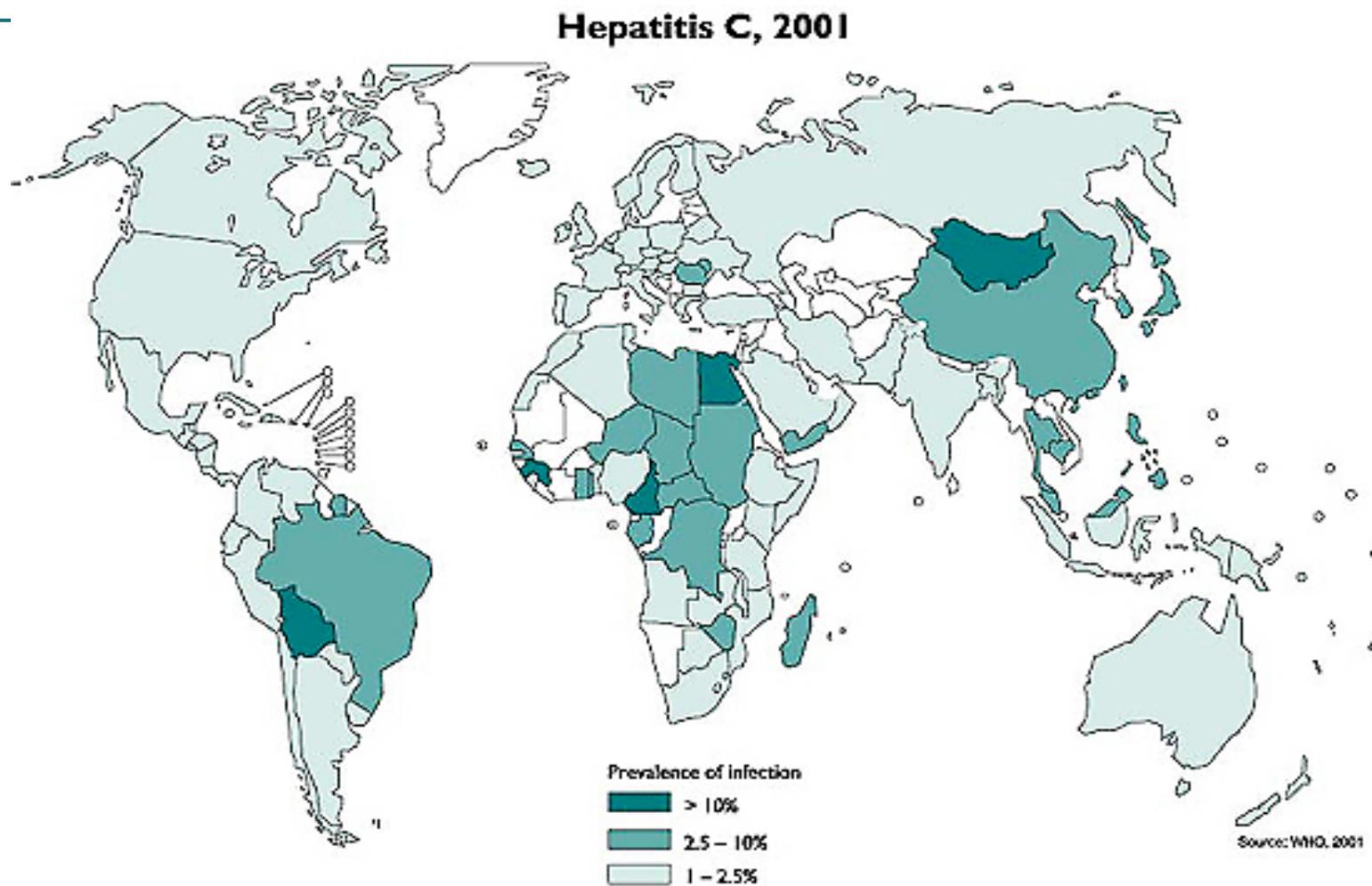
Riesgo de VIH



Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública

Riesgo de Hepatitis C



Fuente: OMS

Javier Llorca.
Medicina Preventiva y Salud Pública

Jet-lag

- Se presenta en viajes con cambio de huso horario
- Más intenso en viajes hacia el Este
- Síntomas:
 - Alteración del ritmo circadiano
 - Dificultad para dormir
- Medidas:
 - Exposición a la luz solar
 - hipnóticos
 - Ingesta de proteínas e hidratos de carbono
 - Melatonina?
 - Dieta rica en tirosina?

Mal de altura

- Mal de altura agudo benigno:
 - Cefalea
 - Insomnio
 - Bajo rendimiento
 - Disnea nocturna
 - Náuseas
 - Vértigo
 - Pérdida de apetito
 - Vómitos
 - Cambios de humor

Mal de altura

- Edema agudo de pulmón
- Edema cerebral agudo:
 - Cefalea
 - Irritabilidad
 - Alucinaciones
 - Signos focales neurológicos

Mal de altura: prevención

- Ascenso lento (300 m/día), aclimatarse con subidas y bajadas. Detener el ascenso o descender si aparece el mal de altura benigno
- Hiperventilación: usada empíricamente por montañeros cuando aparece el mal de altura benigno
- Medicación en susceptibles al mal de altura benigno:
 - Acetazolamida
 - Espironolactona
 - Dexametasona
 - Salmeterol
 - Nifedipino
 - Sildenafil
 - Bolsas de presión

Otros riesgos

- Accidentes de tráfico: principal causa de muerte en viajeros.
- Violencia (información previa en los consulados).
- Consumo y tráfico de drogas.
- Sol, humedad, calor / frío
- Baño:
 - Esquistosoma
 - Anquilostoma
 - Estrongiloides
 - Leptospira

Botiquín durante el viaje

- Pequeño y manejable
- Muy justificado si no se va a disponer de acceso rápido a un médico
- Puede incluir:
 - Analgésicos / antitérmicos
 - Material de curas
 - Antidiarreicos
 - Antihistamínicos
 - Quimioprofilaxis antipalúdica
 - Tratamiento antipalúdico de emergencia
 - Antibiótico
 - Los medicamentos de uso habitual por el viajero

Grupos de especial riesgo: embarazadas

- **Contraindicaciones relativas de viaje:**
 - Historia de aborto, parto prematuro, anomalías placentarias, toxemia, hipertensión o diabetes gestacionales
 - Gestación múltiple, amenaza de aborto o sangrado vaginal durante el presente embarazo
 - Historia de infertilidad o dificultad para quedar embarazada
 - Primigesta >35 años o <15 años
 - Enfermedades importantes (anemia, antecedentes de tromboembolismo,...)
 - Viajes a gran altitud, zonas endémicas de fiebre amarilla o Plasmodium resistente a cloroquina
- Emplear vacunas contra difteria y tétanos, polio (oral), hepatitis B, si están indicadas

Grupos de especial riesgo: VIH +

- Algunos países rechazan la entrada de viajeros VIH+ para viajes largos (p.e.: trabajo o estudio) (lista en: <http://travel.state.gov/HIVtestingreqs.html>)
- Los VIH+ tienen mayor riesgo de adquirir infecciones oportunistas en los viajes a países subdesarrollados
- Mayor riesgo de contraer enfermedades transmitidas por agua o alimentos. Extremar las precauciones pero no utilizar quimioprofilaxis. Llevar un antimicrobiano (p.e. ciprofloxacina, 500mg/12 h, 3-7 días) por si se presenta una diarrea (evitar trimetoprim-sulfametoxazol)
- Vacunas: evitar las vivas (excepto sarampión salvo si está muy inmunocomprometido)

Enlaces interesantes

- [OMS](#)
- [Centers for Disease Control \(CDC\)](#)
- [Department of State](#)