

**En la Consulta del Viajero de HM Hospitales se explican las pautas que hay que seguir antes, durante y después del viaje**

**EXPERTOS DE HM HOSPITALES EXPLICAN CÓMO REDUCIR LOS RIESGOS CUANDO SE VIAJA AL EXTRANJERO**

* En general, cuanto más pobre y más cercano al ecuador se encuentre el país de destino, mayor es el riesgo
* Debido a la gravedad de la enfermedad que previene, la vacuna más importante que se recomienda es la de la fiebre amarilla
* A la hora de planificar unas vacaciones con niños pequeños, se deben tomar una serie de precauciones que no serán necesarias a partir de una cierta edad

**Madrid 5 de junio de 2015.** En esta época del año se planifican, o ya se han planificado, la mayoría de los viajes que se realizarán a lo largo del verano, pero no sólo el clima o las atracciones turísticas son factores a tener en cuenta cuando se va a visitar un país.

Los Dres. Alfonso Delgado, director del Departamento de Pediatría de HM Hospitales, y Justo Manuel Menéndez, jefe de Servicio de Urgencias de HM Sanchinarro, ambos responsables de la Consulta de Medicina del Viajero y de Enfermedades Tropicales de HM Hospitales, explican los riesgos existentes y las medidas preventivas que se deben tomar para disfrutar de unas vacaciones sin sorpresas desagradables.

“En general, -declara el Dr. Menéndez- cuanto más pobre y más cercano al ecuador se encuentre el país de destino, mayor es el riesgo”. Los destinos más problemáticos se encuentran en el África subsahariana -el continente con más riesgos en general-, el sureste de Asia y Pacífico y América Central y del Sur. Esto no quiere decir que si se va a realizar un viaje de caza, *trekking* o similar a Centroeuropa, no se precise alguna vacuna. “Lo ideal es siempre consultar con un servicio especializado, al menos, un mes antes”, apunta.

**Consulta del Viajero**

Los viajes internacionales pueden suponer un riesgo sanitario debido a la situación epidemiológica de algunos países en los que hay enfermedades que no existen en España, o cuyas condiciones higiénico-sanitarias facilitan la adquisición de enfermedades ya sea por medio del agua, alimentos, picaduras de mosquitos, etc.

Por este motivo, HM Hospitales dispone de la Consulta de Medicina del Viajero y Enfermedades Tropicales, ubicada en HM Montepríncipe y HM Sanchinarro, y que está orientada a la prevención y manejo de las enfermedades que se pueden contraer cuando se viaja. Los servicios del Grupo relacionados con esta consulta son Medicina Interna y Pediatría, Dermatología, Farmacia y Microbiología.

La Consulta de Medicina del Viajero y Enfermedades Tropicales no sólo atiende antes del viaje, también está disponible durante el transcurso del mismo y después del regreso.

-La **primera consulta será preventiva, de consejo y asesoramiento**. En ella se informará al viajero sobre los riesgos sanitarios en función del destino, época del año, tipo de viaje, duración, etc. El especialista elaborará una ficha médica con el calendario vacunal, le informará sobre el botiquín básico que deberá llevar y le administrará las vacunas necesarias en la propia consulta.

Debido a la gravedad de la enfermedad que previene, la vacuna más importante que se recomienda es la de la fiebre amarilla. De hecho, como advierte el Dr. Delgado, hay países en los que no se permite la entrada si no se presenta el certificado oficial de haberla recibido. Otras vacunas que se aconsejan son las de la hepatitis A y B, fiebre tifoidea, tétanos, cólera y poliomielitis.

Los expertos advierten de la existencia de sujetos en los que el suministro de cierto tipo de vacunas puede estar contraindicado, como puede ser el caso de pacientes oncológicos, inmunodeprimidos o trasplantados. Por este motivo y por el delicado estado de salud de estas personas, es aconsejable que eviten realizar viajes a zonas denominadas de alto riesgo.

-En **la consulta telemática durante el viaje**, el viajero tendrá la posibilidad de contactar por correo electrónico con el especialista si sufre algún problema de salud, ya sea por aspectos clínicos o bien para pedir información sobre centros sanitarios en el lugar de destino. Tendrá la respuesta en el mismo día.

-La **consulta médica al regreso** está disponible para aquellos viajeros que contraigan alguna enfermedad a lo largo del viaje. Se les podrá hacer el proceso diagnóstico y el tratamiento de la mayoría de las enfermedades del viajero y tropicales: se hará una valoración de una posible patología importada en el viajero internacional, fiebre a la vuelta del trópico, diarrea del viajero, lesiones cutáneas, eosinofilia, cribado de infecciones asintomáticas y, si fuese necesario, se procederá a un ingreso hospitalario.

-**Consulta urgente o a pie de pista.** A diferencia de las demás, no será necesario concertar una cita previa. Incluye todas las prestaciones de la primera consulta, pero se hará la valoración en menos de 24 horas, a ser posible, en el mismo día. Asimismo, se darán unas pautas de vacunación aceleradas para asegurar la inmunización.

Se puede pedir cita en los teléfonos **661 438 464 / 617 916 624**, de lunes a viernes de 09:00 a 20:00 horas.

Hay que tener en cuenta que las vacunas no eximen al viajero de todo riesgo, existen ciertos problemas de salud que son frecuentes durante las vacaciones de verano. Los problemas más habituales son gastroenteritis, picaduras de insectos o quemaduras solares si nuestro destino está en España, y si se trata de viajes internacionales, los principales peligros son la diarrea del viajero, fiebres por diferentes causas y, en determinados grupos, las enfermedades de transmisión sexual.

**Viajar con niños**

A la hora de planificar unas vacaciones con niños, se deben tomar una serie de precauciones que no serán necesarias a partir de una cierta edad. El Dr. Menéndez aconseja no visitar destinos de riesgo sanitario si se viaja con niños. “Es necesario adaptar el viaje a la edad del niño”, explica del Dr. Delgado. Para ello aconseja elegir un destino cercano, con buen clima y sin riesgos y mantener los horarios y el estilo de alimentación habituales al resto del año.

Existen ciertas vacunas, como la de la fiebre amarilla, que no están indicadas en bebés menores de un año y otras no son eficaces a edades tempranas.

En niños pequeños se debe prestar especial atención en piscinas, ríos o mar, donde suelen tener lugar la mayoría de accidentes. Los niños también son mucho más vulnerables a las quemaduras solares, los golpes de calor o la deshidratación.

Más información: [**www.hmhospitales.com**](http://www.hmhospitales.com)

**Para más información:**

**DPTO. DE COMUNICACIÓN DE HM HOSPITALES**

**María Romero**

**Tel.: 91 216 00 50 / Móvil: 667 184 600**

**E-mail:** [**mromero@hmhospitales.com**](mailto:mromero@hmhospitales.com)