

# ¿Viajas al extranjero? Sepa qué vacunas son obligatorias y cómo conservar los medicamentos

jueves, 23 de enero de 2025, Fuente: El Desconcierto

Algunas vacunas son obligatorias para viajeros procedentes de países específicos. Sin embargo, colocarlas ayuda a prevenir una serie de enfermedades graves.

En plena temporada estival muchos chilenos y chilenas preparan se preparan para salir de vacaciones y algunos veraneantes viajarán al extranjero. Sin embargo, algunos países exigen ciertas medidas de salud obligatorias debido a la exposición de ciertas enfermedades a causa del clima, la gastronomía y la fauna.

Ante ese escenario, el Dr. Mauricio Muñoz, director de carrera de Química y Farmacia de la U. Andrés Bello, sede Concepción, explica qué medidas sanitarias se deben adoptar para realizar viajes al extranjero.

En primer lugar, el especialista sugiere realizarse un chequeo médico 'al menos 4 a 6 semanas antes del viaje', como también organizar con antelación el manejo de medicamentos.

La consulta médica se transforma en una instancia ideal para 'recibir vacunas necesarias, ajustar tratamientos crónicos y discutir precauciones específicas para el destino', sostiene.

Previo al viaje, se recomienda a las y los viajeros portar un certificado médico que incluya detalladamente los nombres genéricos de los medicamentos, la respectiva dosis y su finalidad terapéutica.

Se sugiere además que el documento médico sea traducido al inglés o al idioma local del país al que se viajará. De esta forma 'facilita su reconocimiento en aduanas y ante autoridades sanitarias'.

¿A qué enfermedades me expongo y qué vacunas debo tener?

La malaria o dengue son enfermedades transmitidas por mosquitos principalmente en las zonas tropicales.

En la misma línea, consumir agua o alimentos contaminados puede exponer al viajero a sufrir Hepatitis A, tifoidea y diarrea.

En ese sentido, se recomienda evitar el consumo de alimentos crudos y beber únicamente agua embotellada.

Por otro lado, infecciones dermatológicas como la micosis y dermatitis son favorecidas por la humedad y el calor.

Para prevenir estas enfermedades se sugiere usar ropa manga larga y repelentes.

Sin embargo, al ser consciente el viajero de estos riesgos el especialista sugiere vacunarse antes de viajar 'y tomar las medidas profilácticas recomendadas' de acuerdo al país de destino.

Por ejemplo, la vacuna de la fiebre amarilla es obligatoria en Brasil para viajeros procedentes de países con alto riesgo de transmisión de la enfermedad, como Argentina, Bolivia, Colombia, Ecuador, Perú y Venezuela.

En cambio, las de Hepatitis A y B son sugeridas a nivel universal.

En tanto, la vacuna contra la fiebre tifoidea a no es obligatoria, pero se sugiere si se viaja a zonas con bajo saneamiento y falta de agua potable.

Finalmente, las vacunas para la rabia y la encefalitis japonesa no son obligatorias, pero se indican para zonas rurales o viajes largos.

¿Cómo conservar los medicamentos para un viaje en avión?

Estos deben transportarse en sus envases originales porque en la caja o frasco se indica la información del producto, y así facilitan el tránsito aduanero.

En cuanto a medicamentos que requieren refrigeración como la insulina, estos deben ser transportados en coolers y no deben ser expuestos al sol.

Finalmente, el especialista sugiere al viajero llevar un botiquín que contenga 'un termómetro digital, gasas y tiritas, tijeras de punta roma, guantes desechables'.

Además de suero oral, antimicrobianos tópicos, tabletas para purificar agua, tapones para oídos o antifaces para el descanso.