

RECOMENDACIONES PARA VIAJEROS EXTRANJEROS EN EL TERRITORIO COLOMBIANO

LAS ENFERMEDADES TROPICALES SON AQUELLAS QUE OCURREN PRINCIPALMENTE, EN LOS TRÓPICOS, ES DECIR, PREDOMINAN EN CLIMAS CALIENTES Y HÚMEDOS.

AUNQUE LA MAYORÍA DE VIAJEROS A COLOMBIA, INICIALMENTE ARRIBAN A BOGOTÁ, CIUDAD SIN RIESGO DE ENFERMEDADES TROPICALES, LOS VISITANTES, CON FRECUENCIA SUELEN VIAJAR A OTRAS ZONAS DEL PAÍS QUE SÍ CONSTITUYEN UN RIESGO DE ADQUIRIR ESTAS INFECCIONES.

PREVENCIÓN

ANTES DE VIAJAR A ZONAS ENDEMICAS

- Consultar con personal de salud para recibir recomendaciones sobre implementación de medidas de protección individual.
- En caso de ser requerido, aplicar, las vacunas según la región visitada.
- Realizar las vacunaciones con anterioridad (10 días mínimos antes de ingresar a la zona de riesgo para el caso de fiebre amarilla).
- Para Colombia, pese a ser un país con zonas endémicas para malaria NO se recomiendan tratamientos con fines preventivos (quimioprofilaxis).

DURANTE EL VIAJE

- Utilización de protectores contra insectos
- Hábitos alimenticios saludables (agua embotellada sin cubos de hielo y comidas en sitios higiénicos).
- Uso de toldillos y repelentes en zonas con infestación de insectos.
- Evitar la exposición a insectos en sus horas de mayor circulación (al anochecer y madrugada).
- Utilización de preservativos para evitar infecciones de transmisión sexual.

DESPUES DEL VIAJE

- Estar alerta durante las dos semanas siguientes a la realización de su viaje, ante la aparición de signos y síntomas de enfermedad.

MEDIDAS GENERALES

- Utilizar ropa y calzado apropiado: manga y pantalón largos.
- Evitar los colores oscuros que atraen los mosquitos.
- Lavado manos frecuente.

VACUNAS

Mujer 10-49 años	Toxoide tetánico diftérico del adulto (Td)	5 dosis: Inicial, al mes, a los 6 meses, al año de la 3 y al año de la 4	Previene Difteria y tétanos I
------------------	--	--	-------------------------------

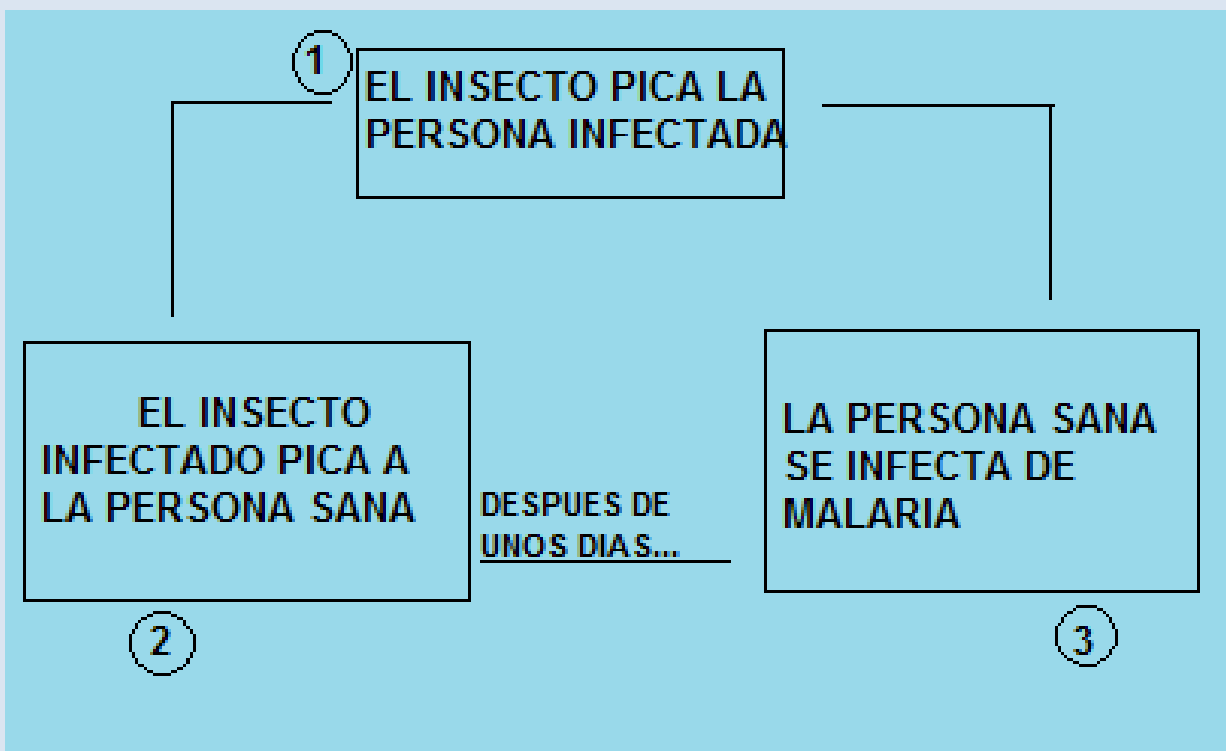
Primera dosis	Fiebre amarilla (FA)	Refuerzo cada 10 años	Fiebre amarilla en zonas endémicas
---------------	----------------------	-----------------------	------------------------------------

¿Quién no debe vacunarse?

Niños Menores de 11 años ni mayores de 60
Embarazo
Inmunosuprimidos
Alérgicos al huevo
Patologías del timo

MALARIA

- Presente en el 85% del territorio colombiano situado por debajo de los 1.500 mts sobre el nivel del mar.
- 75% por *P. vivax* y costa pacifica por *P. falciparum*
- Transmitidos al hombre por mosquitos hembras del genero *Anopheles*, que estando infectados, al picar, inoculan la forma infectante del parásito.
- Síntomas: escalofrío, fiebre y sudoración.



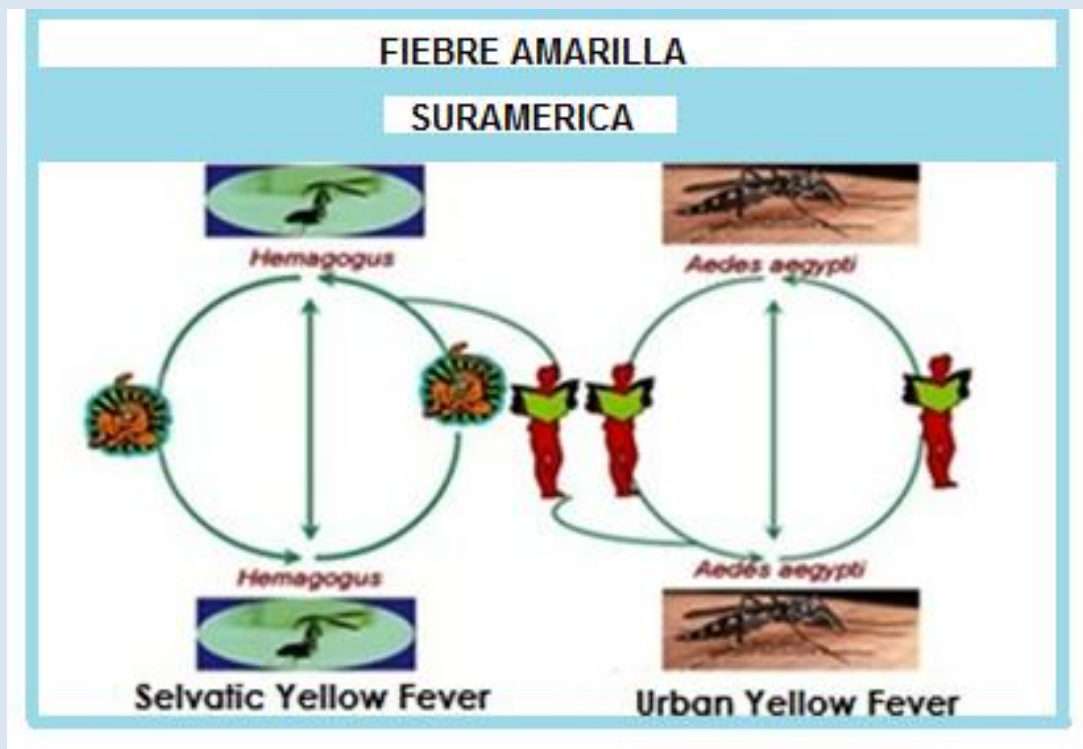
DENGUE

- Es un virus que se transmite al hombre a través del mosquito macho *Aedes aegypti*.
- Desencadenan inmunidad cruzada, lo cual significa que una persona puede infectarse y enfermarse hasta cuatro veces.
- No hay vacuna para dengue ni medicamento específico para su tratamiento.
- Síntomas: Fiebre, malestar, dolor de cabeza, dolor detrás de los ojos, dolor en huesos.



FIEBRE AMARILLA

- Deben vacunarse los viajeros que visitan zonas por debajo 1800 metros sobre el nivel del mar (zonas selváticas y algunos parques naturales).
- Síntomas similares al dengue
- El virus se transmite a través del mosquito *Aedes aegypti* y *Haemagogus*.
- En Colombia la infestación se ha extendido a 70%
- La enfermedad confiere inmunidad de por vida.



LEISHMANIASIS

- Zoonosis que afectan la piel, las mucosas o las vísceras
- Cutáneo: pequeños nódulos firmes que se van ulcerando gradualmente
- Mucoso: lesiones en mucosa nasal, faringe, laringe, paladar o labio (sensación de congestión y obstrucción nasal, flujo o sangrado nasal).
- Visceral: fiebre intermitente, malestar general, anorexia, adelgazamiento progresivo, palidez y hemorragias.
- Producida por parásito a través del mosquito *Lutzomyia*.



ENFERMEDAD DE CHAGAS

- Infección producida por un parásito (*Trypanosoma Cruzi*), que puede ocasionar lesiones en corazón, aparato digestivo y sistema nervioso.
- El parásito se transmite por el insecto “pito” (triatominos) que chupan la sangre y se infectan al picar a un animal o a una persona infectada.
- Una vez infectado, el insecto expulsa los parásitos *T. cruzi* en las heces.
- Los insectos se encuentran en casas hechas de materiales como barro, adobe, paja y techo de palma.
- Durante el día, los insectos se ocultan en las grietas de las paredes y los techos y salen en la noche.
- Tienen la tendencia a picar la cara de las personas, y después que pican e ingieren la sangre, defecan sobre la persona.



COLERA

- **Infección diarreica aguda causada por la exposición a la bacteria *Vibrio cholerae* O:1, o la ingestión de alimentos o agua contaminados con ella.**

MANTENER ALIMENTOS SEGUROS Y EVITAR ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR ALIMENTOS

Utilice agua y alimentos seguros

- Hierva el agua
- Utilícela para lavar frutas, verduras y preparar alimentos
- Utilícela para lavarse manos y dientes

Mantenga la limpieza

- Lávese las manos antes de comer o preparar alimentos como también después de ir al baño
- Utilice jabón al lavarse las manos
- Limpie y desinfecte las áreas donde se preparan los alimentos
- Proteja la comida de las plagas, tapándola

Separe carnes y pescado crudo del resto de alimentos

- Separe siempre los alimentos crudos de los alimentos cocidos
- Separe los alimentos frescos de los viejos
- Guarde los alimentos en recipientes limpios y tapados
- Utilice diferentes utensilios para preparar alimentos crudos y cocidos

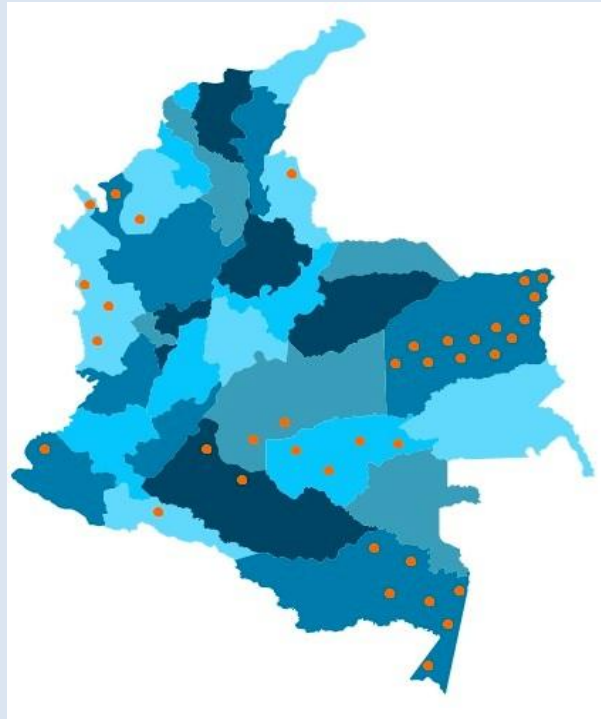
Cocine los alimentos completamente

- Cocine las carnes, el pollo, los huevos y el pescado hasta que estén bien cocidos
- En caso de res, cerdo y pollo, cocine hasta que la parte interna no se vea rosada

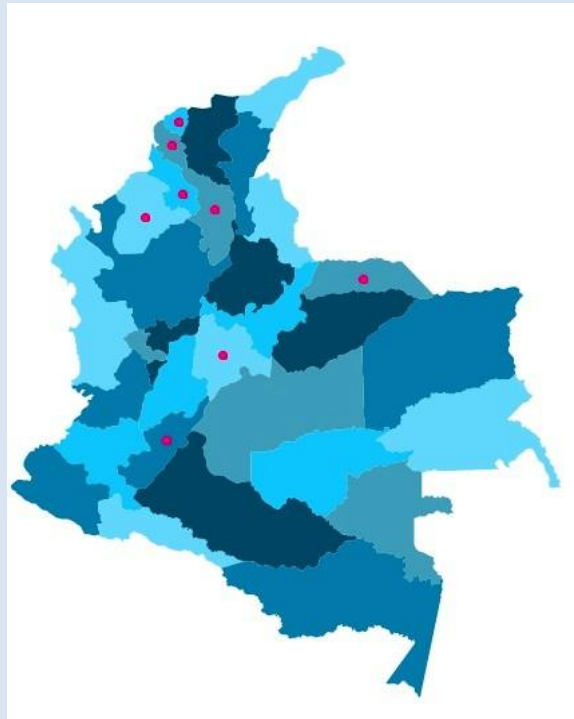
Mantenga los alimentos a temperaturas seguras

- No deje alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 hora
- Mantenga las comida bien caliente hasta el momento de servirla
- Mantenga leche, queso y perecederos refrigerados

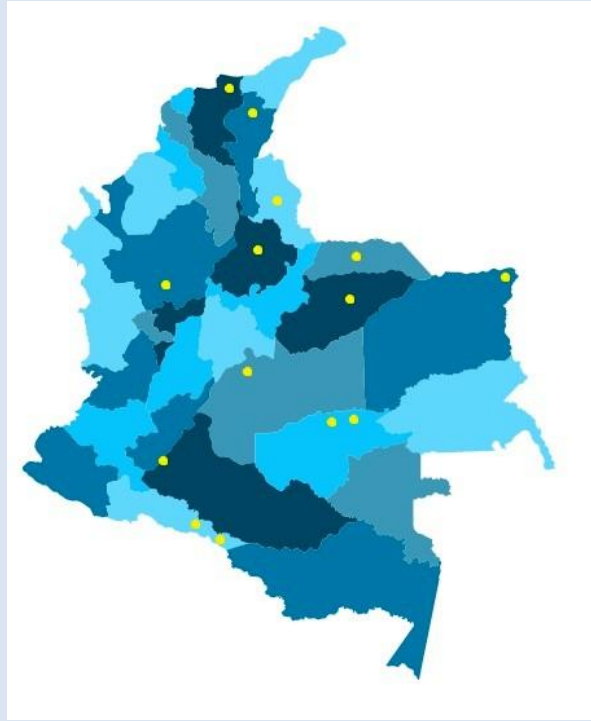
Malaria



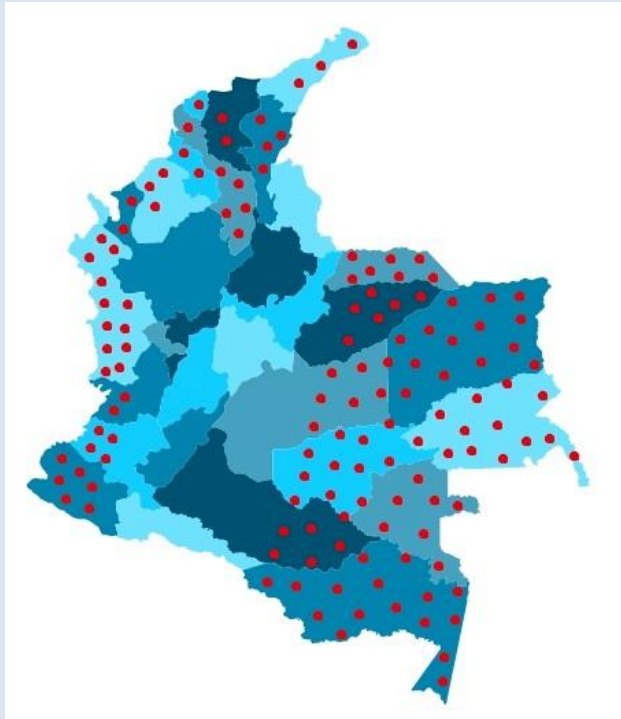
Dengue



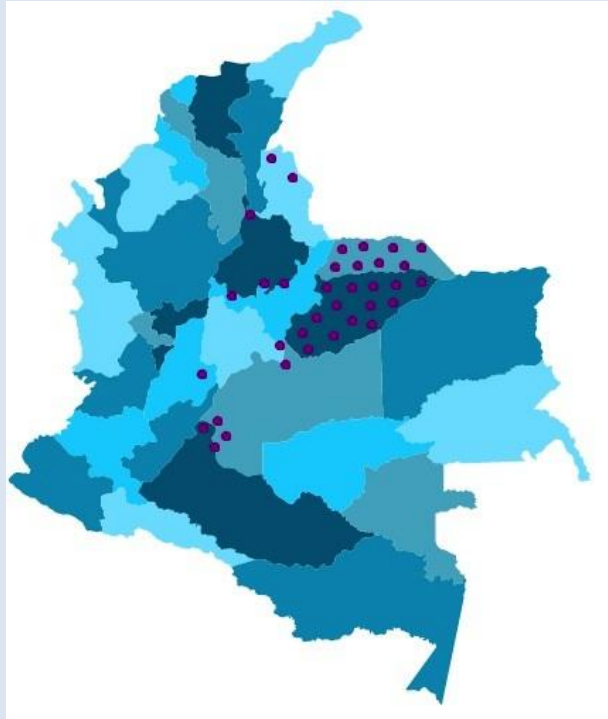
Fiebre Amarilla



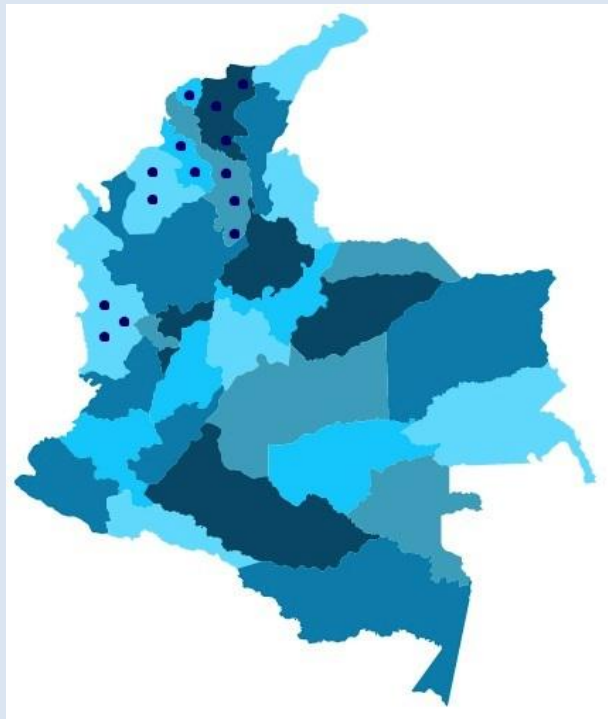
Leishmania



Chagas



Cólera



RIESGOS AMBIENTALES

La presión barométrica decae con el aumento de altitud causando disminución parcial de la presión de oxígeno (hipoxia). La presión parcial de oxígeno a 2600 m, la altitud de Bogotá, es 26% más baja comparada al nivel del mar.

La altitud de Bogotá causa stress corporal, lo que requiere algunos días para climatizarse, el cual podrá limitarse por condiciones medicas, especialmente pulmonares. El aumento de oxígeno alveolar se reflejará en aumento en la ventilación, lo cual será la clave para la climatización. Este proceso inicia a los 1500 m. A pesar de esto, la sintomatología se percibe con el ejercicio y durante la noche.

La enfermedad por altura, se presenta entre los 2100 m y 2750, con riesgo de ocasionar edema pulmonar y después de 1-12 h puede presentarse dolor de cabeza, seguido de anorexia, nauseas, insomnio, fatiga y debilidad. Los síntomas usualmente se resuelven de manera espontánea en 24-48h y pueden mejorar con oxígeno, analgésicos o antieméticos.

PRECAUCIONES PARA VIAJEROS NO ACOSTUMBRADOS A ALTURAS

- Evite dormir en alturas mayores a 2750m
- Evite sobreesfuerzo e ingesta de alcohol por las primeras 24h. Tome abundantes líquidos.
- Viajeros con antecedentes de enfermedad cardiovascular o pulmonar debe acudir primero a valoración medica
- Los viajeros con los siguientes síntomas requieren valoración medica:
 - Síntomas severos o de más 2 días de evolución.
 - Dificultad respiratoria progresiva con tos y fatiga
 - Incoordinación o estado neurológico anormal.

Mayor Información:

Departamento Medico Bloque PU – Oficina 101
3394949 Ext. 3303-2059
salud@uniandes.edu.co
c.jaller20@uniandes.edu.co

www.minproteccionsocial.gov.co
www.medicosgeneralescolombianos.com/Malaria.htm
www.cdc.gov
<http://www.intramed.net>
www.fundacioncardiologica.org/chagas
<http://www.who.int/en/>
www.intramed.net
<http://new.paho.org/col/>
www.encolombia.com/medicina/materialdeconsulta/Infectologia/EnfermedaddeChagas
new.paho.org/col
INS – Subdirección de Vigilancia y Control
Gobernación del Cauca, Secretaria de Salud

