



RECOMENDACIONES SANITARIAS





VACUNAS REQUERIDAS

Vacunaciones obligatorias oficialmente.

Necesario el N° Certificado Internacional de Vacunación.

- Fiebre amarilla. Es obligatoria en algunos países de África, América del sur y Asia.

- Revacunación cada 10 años.





VACUNAS REQUERIDAS

- Vacunas recomendadas
 - Tétanos -Difteria
 - Hepatitis A y B.
 - Fiebre Tifoidea. Revacunación cada dos años.
 - Cólera.





EN EL TERRENO





MEDIDAS QUIMIOPROFILÁCTICAS.

- Cólera.

- Se llevará en el botiquín del grupo Doxiciclina por si hay epidemia de cólera (también protege contra la leptopirosis, ricketsias, peste y malaria). La vacuna **¿no?** recomendada, no gran eficacia.

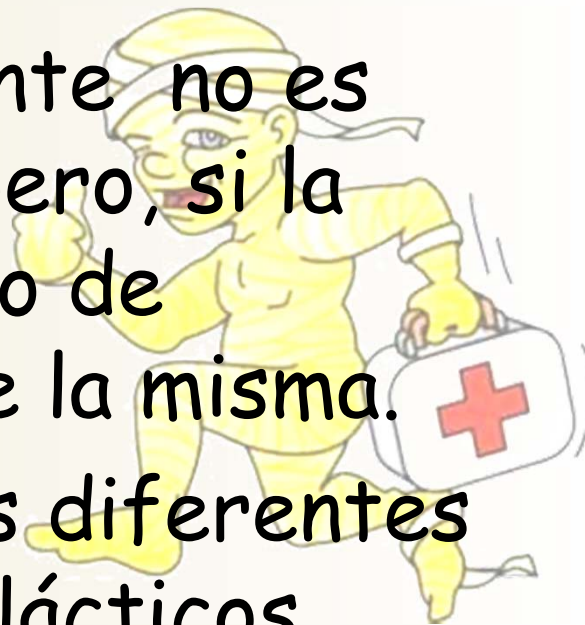




MEDIDAS QUIMIOPROFILÁCTICAS.

- Malaria.

- La quimioprofilaxis existente no es simple ni eficaz al 100%, pero, si la tomas, disminuyes el riesgo de padecerla y la gravedad de la misma.
- Se deberá disponer de los diferentes medicamentos quimioprofilácticos, para coger los fármacos sensibles según la zona de trabajo.





MEDIDAS QUIMIOPROFILÁCTICAS.

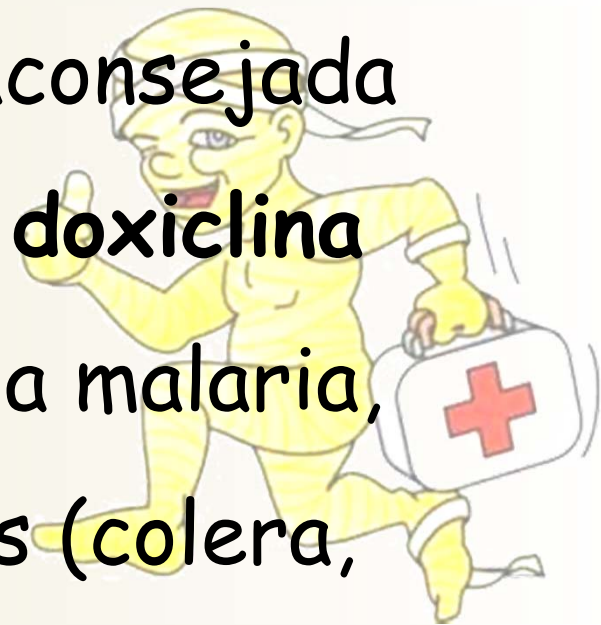
- Son los siguientes:
 - Cloroquina
 - Cloroquina+proguanil
 - Mefloquina
 - Doxiciclina
 - Atovaquona+proguanil.
 - Llevar test de dx rápido de la malaria y tratamiento en el botiquín de grupo.





MEDIDAS QUIMIOPROFILÁCTICAS.

- Generalmente la profilaxis aconsejada para un equipo rescate es la **doxiclina** porque previene además de la malaria, también otras enfermedades (colera, leptopirosis, rickettsias, y peste).





MEDIDAS PREVENTIVAS

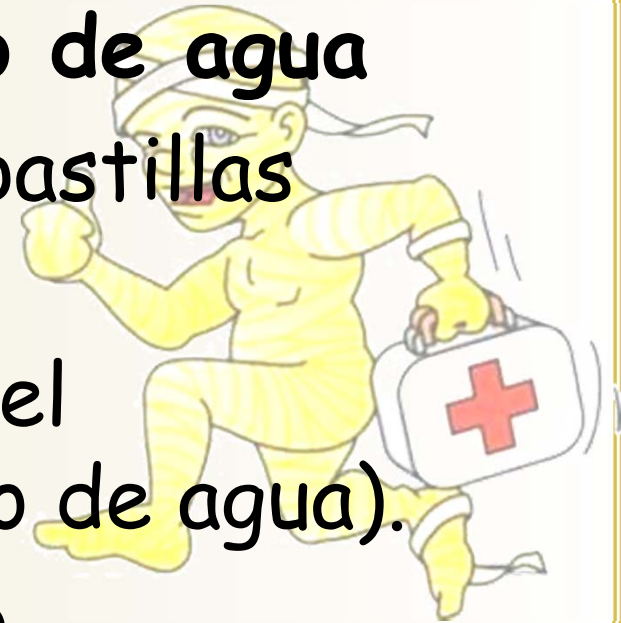
- Prevenir diarreas u otras enfermedades transmitidas por el consumo de agua (hepatitis A y E, fiebre tifoidea, polio, biliarziosis).
 - Beber bebidas envasadas.
 - ¿Vacuna del cólera?





MEDIDAS PREVENTIVAS

- Prevenir diarreas u otras enfermedades transmitidas por el consumo de agua
 - Por si no es posible llevar pastillas potabilizadoras de cloro.
 - Tintura de yodo (4 gotas del concentrado al 2% por litro de agua).
 - Dos gotas de lejía por litro.
 - También un filtro agua.
 - Hervir el agua .





MEDIDAS PREVENTIVAS

- Prevenir diarreas por el consumo de agua.

- Lavarse las manos antes de las comidas.

- Lavarse los dientes con agua mineral.

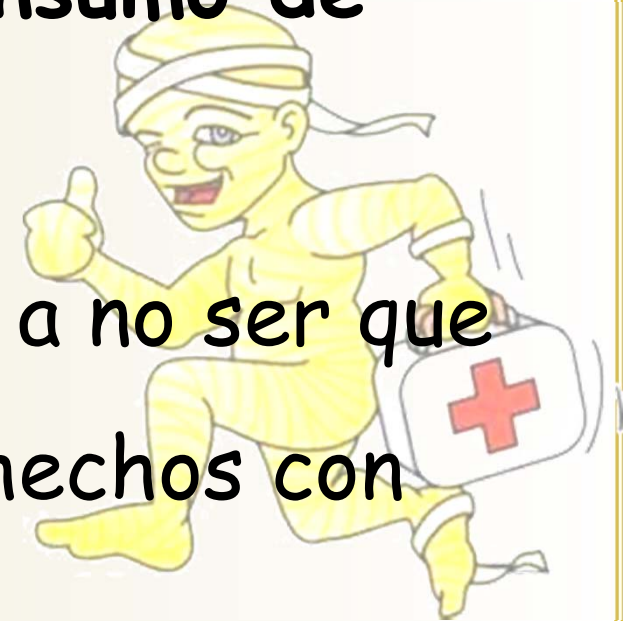
- Evitar las ensaladas crudas y frutas no peladas y lavadas por uno mismo.





MEDIDAS PREVENTIVAS

- Prevenir diarreas por el consumo de agua.
 - Evitar los cubitos de hielo a no ser que se esté seguro que están hechos con agua potable.





MEDIDAS PREVENTIVAS

- Prevenir diarreas por el agua.
 - Consumir carnes y pescados suficientemente cocinados
 - Evitar marisco crudo.
 - Productos lácteos no envasados.
 - Zumos no envasados.

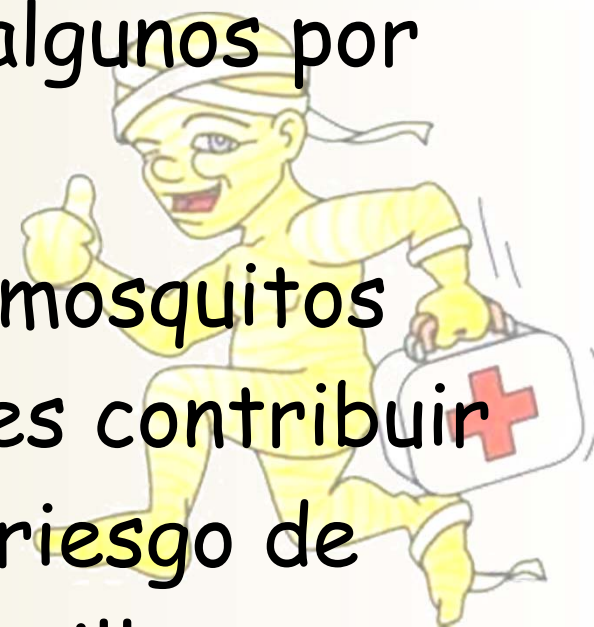




MEDIDAS PREVENTIVAS

Prevenir picadura de mosquitos (No todos pican por las noches, algunos por el día).

- Aunque las picaduras de los mosquitos suelen ser inevitables, puedes contribuir a mitigarlas y así reducir el riesgo de contraer malaria, fiebre amarilla, dengue, filariasis y otras enfermedades.





MEDIDAS PREVENTIVAS

- Prevenir picadura de mosquitos

–El dengue y la malaria son enfermedades frecuentes y aunque se pueden presentar como una "fuerte gripe" existen formas más graves (malaria cerebral, dengue hemorrágico) que pueden resultar mortales.





MEDIDAS PREVENTIVAS

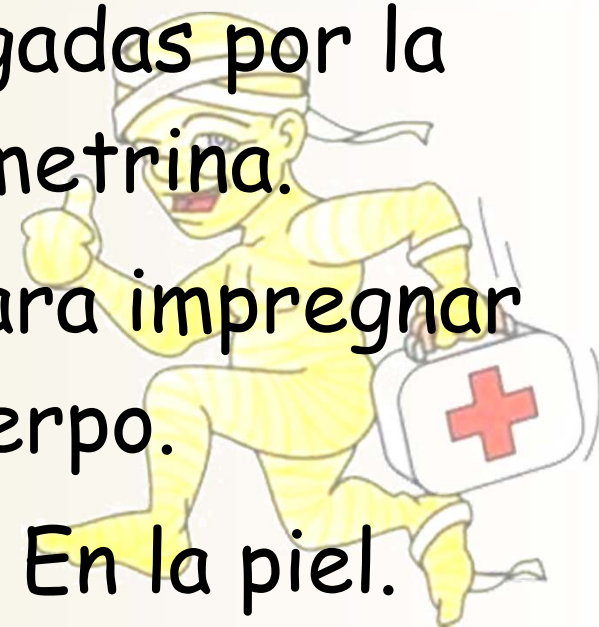
- Prevenir picadura de mosquitos.
 - Llevar ropa de manga larga, pantalones largos y calcetines.
 - Tobillos sitios favoritos de los mosquitos.
 - Solución hidroalcohólica de **permetrina** al 1%. Para impregnar ropa que previene también la picadura de otros insectos y depósitos de huevos de moscas.





MEDIDAS PREVENTIVAS

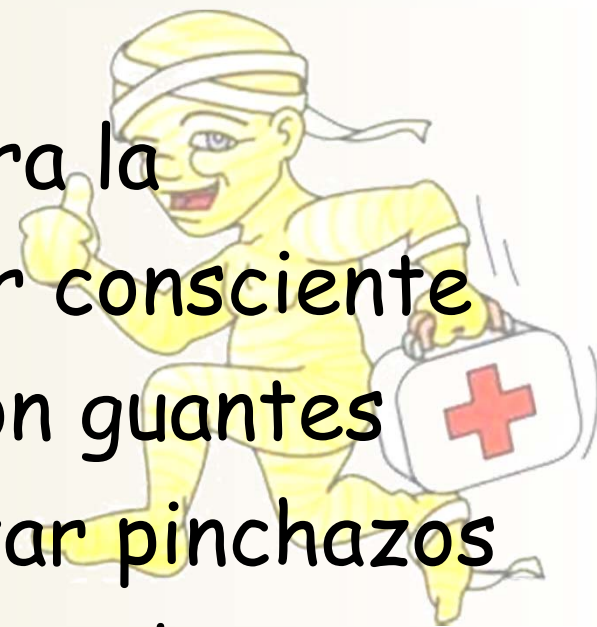
- Prevenir picadura de mosquitos.
 - Llevar mosquiteras homologadas por la OMS e impregnadas en permetrina.
 - Repelente (DEET al 50%) para impregnar las partes expuestas del cuerpo.
 - Usar Fipronilo al 2,5 mg/ml. En la piel.
 - Zumbadores a pilas.
 - Tomar complejo de la vitamina B.





MEDIDAS PREVENTIVAS

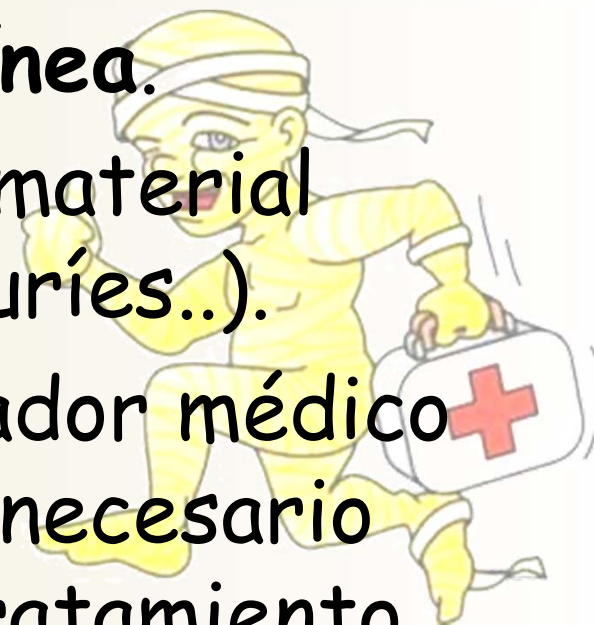
- Prevenir las enfermedades transmitidas por vía sanguínea.
 - A fin de protegerse contra la contaminación, hay que ser consciente del riesgo y protegerse con guantes cuando sea necesario, evitar pinchazos y las inyecciones de jeringas de uso no único, los tatuajes, piercings, hojas de afeitar...





MEDIDAS PREVENTIVAS

- Prevenir las enfermedades transmitidas por vía sanguínea.
 - En caso de accidente con material contaminado (agujas, bisturíes..).
 - Se debe avisar al coordinador médico de inmediato por si fuera necesario utilizar el protocolo de tratamiento profiláctico tras la exposición accidental a sangre





MEDIDAS PREVENTIVAS

Prevenir patologías debidas al calor.

- En muchos países debemos soportar temperaturas muy elevadas.
- Si te pones excesivamente al sol corres un gran riesgo de insolación.





MEDIDAS PREVENTIVAS

Prevenir patologías debidas al calor.

- Para evitarla:

- Beber mucho líquido. No bebidas alcohólicas.
- Viajar siempre provistos de agua.
- Utilizar de vez en cuando sales de hidratación para beber.

- Aumentar el consumo de sal.





MEDIDAS PREVENTIVAS

Prevenir patologías debidas al calor.

- Evitar exponerte directamente al sol en las horas de más calor.
- Usar cremas e protección solar.
- Usar gorras y gafas de sol.
 - El DEET aumenta la hipersensibilidad al sol.





OTROS FACTORES DE RIESGO.

Accidentes de tráfico.

- Los accidentes constituyen la mayor causa de repatriación sanitaria y de defunción de los cooperantes.

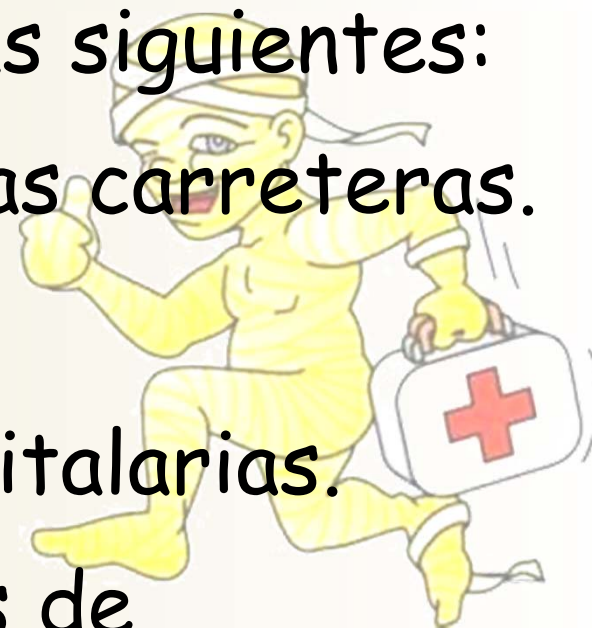




OTROS FACTORES DE RIESGO.

Accidentes de tráfico.

- Las causas principales son las siguientes:
 - Mala infraestructura de las carreteras.
 - Tráfico local anárquico.
 - Falta de estructuras hospitalarias.
 - No existencia de servicios de emergencias de intervención y evacuación rápida.





OTROS FACTORES DE RIESGO.

Accidentes de tráfico.

- Desplazarse siempre con un chofer local cualificado.
- Nunca conducir uno mismo (excepto excepciones autorizadas por el coordinador).
- Supervisar la conducción del chofer local y el vehículo.





OTROS FACTORES DE RIESGO.

Accidentes de tráfico.

- Usar el cinturón de seguridad.
- Evitar los desplazamientos inútiles, sobre todo en zonas de inseguridad y de noche.
- No llevar pasajeros en la parte trasera del pick-up salvo excepciones.





OTROS FACTORES DE RIESGO.

Accidentes de tráfico.

- No permitir la conducción en estado de embriaguez o cansancio y a velocidad no adecuada.
- Conocer la forma y normas de conducción del país.

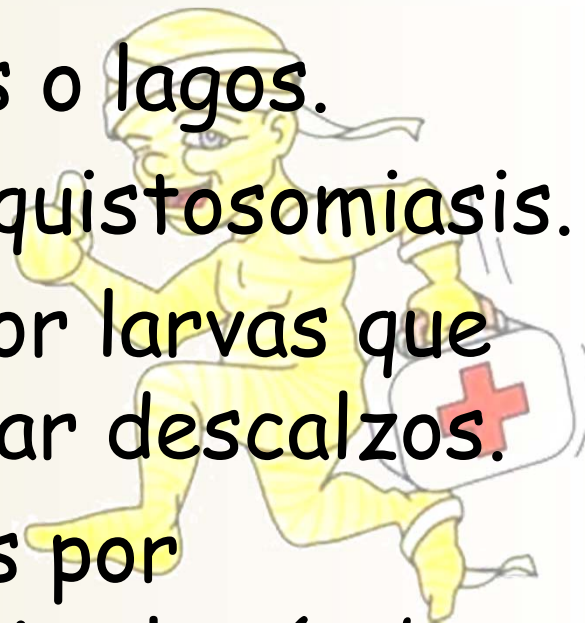




OTROS FACTORES DE RIESGO.

Baños.

- Cuidado con los baños en ríos o lagos.
 - Averiguar si es zona de esquistosomiasis.
 - Pueden estar infectadas por larvas que penetran por la piel, no pisar descalzos.
 - Pueden estar contaminadas por excrementos humanos y animales (sobre todo lagos y lagunas).





OTROS FACTORES DE RIESGO.

Baños.

- Los baños en el mar no comportan, en principio, riesgos de infección.
 - Tener en cuenta la presencia de **serpientes marinas, corales, medusas, erizos de mar, peces y otras especies venenosas y tiburones.**





OTROS FACTORES DE RIESGO.

Calzado.

- No es aconsejable andar descalzo. existe el riesgo de contraer parásitos.

Ropa.

- La ropa no impregnada con permetrina.
 - Se deja secar al sol y debe ser planchada para evitar que haya huevos de moscas.





OTROS FACTORES DE RIESGO.

Heridas en la piel.

- Las infecciones en la piel son muy frecuentes en el trópico.
- Las heridas y picaduras deben ser desinfectadas por pequeñas que sean.
- Usar champú con Ketoconazol, para los hongos.





OTROS FACTORES DE RIESGO.

El comportamiento sexual.

- Las relaciones sexuales no protegidas pueden tener consecuencias muy graves (hepatitis B, SIDA, sífilis, gonococia y otras Enfermedades de Transmisión Sexual).
 - La prevalencia de estas enfermedades es muy alta en los países en vías de desarrollo.





OTROS FACTORES DE RIESGO.

Cuidado con otras picaduras de animales.

- Llevar botas sólidas para evitar picaduras de serpientes y escorpiones.

Mirar las botas antes de ponérselas por las mañanas.

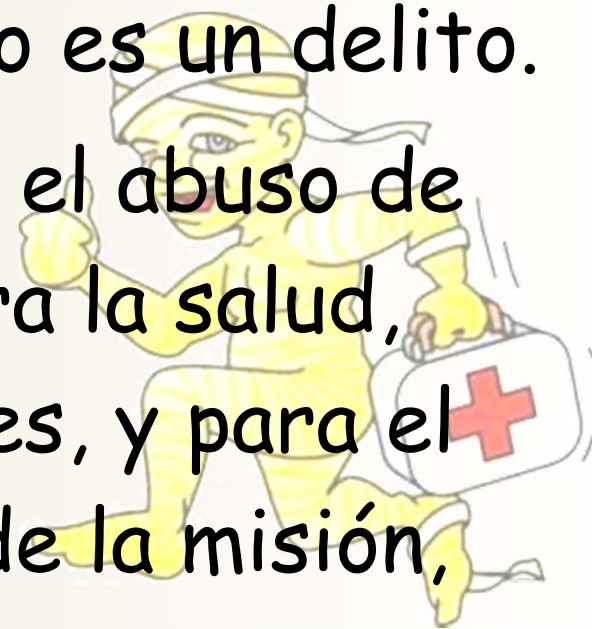




OTROS FACTORES DE RIESGO.

Drogas y alcohol.

- En algunos países su consumo es un delito.
- El perjuicio que las drogas y el abuso de otros estimulantes tiene para la salud, para las relaciones personales, y para el desarrollo de los objetivos de la misión, ASEUA no aprueba su consumo y recomienda abstenerse de realizarlo





PARA TRATAR LAS ENFERMEDADES

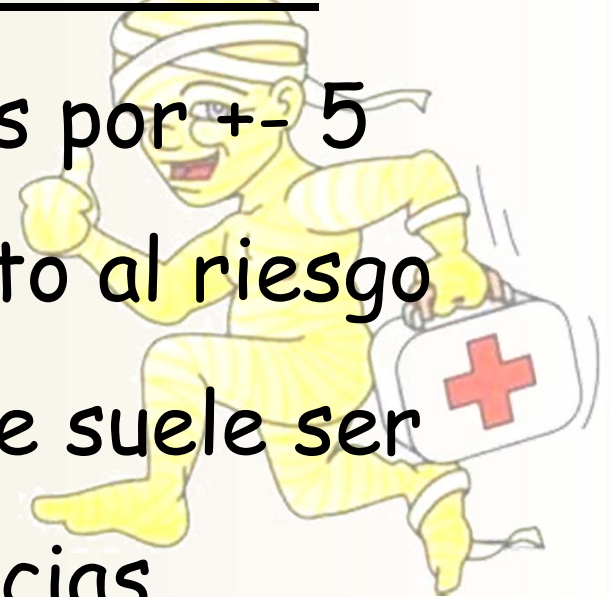
- Llevar un botiquín de grupo.
- Llevar un botiquín de uso personal.





AL REGRESO

- Es recomendable tomar albendazol 400 en dos tomas separadas por ± 5 días, si se ha estado expuesto al riesgo de contagio de parásitos, que suele ser habitual en estas circunstancias





AL REGRESO

- ¿Es importante someterse a una revisión para detectar posibles enfermedades y evitar así posibles complicaciones?





AL REGRESO

- Si tienes síntomas de cualquier naturaleza debes consultar a un médico preferentemente con conocimientos de medicina tropical.





AL REGRESO

- Cualquiera que sea la quimiopprofilaxis escogida como prevención de la malaria, se debe continuar un tiempo después depende de la que uses.

