

Recomendaciones sanitarias para los viajeros

Llevar un kit de primeros auxilios; Protegerse del sol con sombrero, sombrilla y bloqueador solar; Usar ropa ligera y holgada; Protegerse los ojos con gafas oscuras (radiación UV); Beber agua potable y evitar el agua de fuentes no seguras; Cuidado con lo que bebes y comes, alimentos de lugares autorizados; Condición sanitaria de lugar a visitar (vacunas, enfermedades presentes); Llevar un registro de vacunas; Llevar una tarjeta con el grupo sanguíneo; Tener claro centros de atención médica; Medicamentos de crónicos; Si usted

arrienda auto, preocuparse de mantener estanco más de la mitad, por emergencia de evacuación; País sísmico, conocer zonas de seguridad (tsunami); Camping riesgos de incendios (zonas seguras y evacuación). Al acampar: Usar repelente para mosquitos y arañas; Cuidado con fogatas, asados y fuentes de calor (incendios); Hanta: ventilar cabañas, desinfectar, manejo de basura, transitar por senderos limpios y habilitados, tener contacto con personas de comunidad referente a peligros presentes en sector.

Entregan recomendaciones de seguridad sanitaria para viajeros en verano

Con la finalidad de evitar enfermedades y dar seguridad en las aguas costeras de la región, la Unidad de Control Ambiental de la Seremi de Salud O'Higgins, realizó un monitoreo de las aguas en Bucalemu y Pichilemu, con el objetivo de garantizar que estas sean seguras para el uso de la comunidad y los turistas.

"Realizamos toma de muestras de agua para dar garantías de que las aguas recreacionales sean aptas para el uso de la comunidad y quienes nos visitan. Que-

remos recordar a todas las personas que el Ministerio de Salud ha lanzado una campaña de verano para informar sobre los riesgos que pueden afectar la salud de las personas en todo el territorio nacional", señaló la seremi de Salud O'Higgins, Dra. Carolina Torres Pinto. La autoridad destacó que es fundamental que los viajeros y residentes se informen sobre los riesgos de enfermedades como Virus Hanta y otros temas como las enfermedades transmitidas por alimentos.

"Las personas deben informarse dónde hay presencia de Virus Hanta en la región y que siempre vayan a lugares seguros, campings que estén autorizados, que las aguas que se consuman sean aptas, lo mismo con los alimentos, que se tomen todas las precauciones para que no tengamos que lamentar enfermedades. Asimismo, si van a salir de Chile, tomar precauciones con enfermedades



La seremi de Salud, doctora Carolina Torres.

como el dengue. Hemos tenido casos importados por lo que sugerimos a las personas que utilicen ropa apropiada, si es que van a ir, por ejemplo, a Brasil, que se compren repelente para los mosquitos y evitemos esta enfermedad que puede ser complicada para algunos grupos de riesgo, especialmente menores de edad, personas mayores y personas que tengan alguna inmunosupresión", concluyó la jefa de la cartera de salud regional. ☞



Medidas de resguardo para evitar exposición a arbovirus

Si se viaja a zonas endémicas de enfermedades como el dengue, la malaria o la fiebre amarilla, es importante tomar medidas preventivas como: Usar repelente de insectos, Usar mosquiteros, Vacunarse contra la fiebre amarilla.

Antes del viaje se sugiere: Informarse sobre el estado de los países de destino, en relación con la presencia de mosquitos vectores y agentes circulantes, planificando adecuadamente cada viaje; Consultar al médico (a) con anticipación mínimo un mes para conocer medidas de protección y prevención (vacunas

requeridas en el país a visitar o el uso de antimaláricos en forma preventiva).

Durante el viaje o en lugares con presencia del vector, se sugiere: Usar ropa larga y de colores claros que cubra la mayor extensión posible del cuerpo (pantalones largos, camisas manga larga); -Usar repelente siguiendo las instrucciones del fabricante, diferenciando productos para piel de los que se aplica sobre la ropa; No usar repelentes en niños menores de 2 meses; Usar malla mosquiteras, impregnadas con insecticida al momento de reposar.