

PASAPORTE A RUSIA

Recomendaciones sanitarias para pasajeros con destino a Rusia durante el mes de junio

¿NECESITO ALGUNA VACUNA EN ESPECIAL PARA VIAJAR A RUSIA?

Rusia no exige ninguna vacunación para la entrada o salida del país, independientemente de los países en los que realices escala, o incluso si realiza entrada a algún país, previo a la llegada a Rusia. Es importante contar con el Certificado Esquema de Vacunación al día. En adultos, debe cerciorarse que la vacuna antitetánica esté vigente. Dentro de las causas de mortalidad en viajes por turismo al extranjero, los accidentes son la segunda en importancia. Específicamente en Rusia, la seguridad vial es variable, dependiendo de las zonas.

¿Y SI QUIERO CONDUCIR ALLÁ?

Debes prestar atención si decidís conducir, tené en cuenta que las condiciones climáticas y de reglas en la conducción, así como las conductas de la población local pueden ser diferentes a las de nuestro país.

La recomendación siempre es trasladarse con conductores locales, evitando uso de motos.

¿PUEDO CONTRAER SARAMPiÓN EN RUSIA?

Sarampión

¿Qué es el sarampión?

Es una enfermedad causada por un virus, que produce un cuadro potencialmente grave. Se caracteriza por la ocurrencia de fiebre y erupción cutánea, acompañada de síntomas respiratorios. Frecuentemente se presenta con conjuntivitis (ojos rojos) y corrimiento por la nariz.

¿Qué medidas de prevención existen?

Uruguay ha logrado mantenerse libre de circulación de sarampión gracias a la inclusión de la vacuna SRP en su Certificado Esquema de Vacunación (CEV), de carácter gratuito y obligatorio. Todos los niños del país reciben dos dosis de vacuna SRP (que protege contra el sarampión, la rubeola y las paperas) a los 12 meses de vida y a los 5 años de edad.

¿Por qué son necesarias dos dosis de la vacuna SRP?

Porque con dos dosis se logran los niveles de protección individual y colectiva que permiten prevenir el sarampión y la rubeola.

¿Quiénes deben vacunarse?

Aquellas personas nacidas después del año 1967 y que no puedan comprobar haber recibido dos dosis de vacuna SR o SRP.

VACUNATE

Ganamos todas, ganamos todos

¿Quiénes no pueden recibir la vacuna contra el sarampión?

Esta vacuna está contraindicada en mujeres embarazadas, personas alérgicas al huevo, o a cualquier componente de la vacuna y personas con inmunodepresión severas. Si tiene dudas, consulte a su médico.

¿Qué medidas se recomiendan en caso de viaje?

Niños y adultos sin contraindicaciones deben contar con su CEV al día para viajar a países afectados (contar con 1 o 2 dosis de vacuna SRP según la edad).

En el caso de viajeros de 6 a 12 meses de edad, que visitarán áreas con transmisión activa de sarampión, se aconseja la administración de una dosis de vacuna SRP al menos dos semanas antes de la partida. Esta dosis no forma parte de las 2 dosis incluidas en el CEV, que deberán ser aplicadas a las 12 meses y 5 años de edad según esquema vigente.

¿Dónde puedo vacunarme? En cualquier puesto de vacunación público o privado de todo el país, sin necesidad de presentar receta. Llevá contigo tu documento de identidad.

En caso de menores, es aconsejable llevar el carné de vacunas. **Rusia presenta transmisión activa de sarampión, con 178 casos declarados**

Recomendaciones con agua y alimentos

- Para minimizar el riesgo de trastornos gastrointestinal y/o prevenir algunas enfermedades transmitidas por los alimentos, te recomendamos maximizar los cuidados higiénicos en lo que refiere al consumo de alimentos y agua.
- Si se presenta un caso de gastroenterocolitis, es importante asegurar la hidratación bebiendo abundante agua, evitar el consumo de azúcar en cantidades elevadas, no consumir alimentos grasos y limitar el consumo de fibra (dado que no podrá ser procesado correctamente por el sistema digestivo).
- Te recordamos lavarte bien las manos con agua segura y jabón antes de consumir alimentos y después de usar el baño, cambiar los pañales de un niño, estrechar las manos, manejar dinero, tocar picaportes de puertas, botones de elevadores, pasamanos en lugares públicos y animales domésticos. Repetir la operación tantas veces como sea necesario, aun en los casos en que no se vea suciedad.
- Evite tocar los ojos, la nariz o la boca después de tocar una superficie potencialmente contaminada, sin haberte lavado las manos previamente.
- Siempre deberías utilizar agua segura para: beber, cocinar o lavarte los dientes. Debes asegurarte que el agua que sale de la canilla sea potable. Se consideran bebidas seguras las preparadas con agua hervida y servidas calientes, las gaseosas envasadas y sin hielo, lo mismo que las bebidas alcohólicas o embotelladas (siempre que el envase se encuentre cerrado de origen). Consumí bebidas sin hielo, a menos que el hielo esté hecho de agua embotellada o tengas certeza que el agua que utilizaron para su fabricación es potable.
- Comprá y utilizá alimentos de calidad reconocida, en lugares autorizados, verificá si cuentan con controles oficiales que aseguren su inocuidad y calidad (etiquetas de elaboración, fechas de vencimiento, etc.). Es importante elegir establecimientos

Por más información: www.msp.gub.uy

VACUNATE

Ganamos todas, ganamos todos

privilegiando la higiene de sus instalaciones y la correcta manipulación por parte de quienes lo atienden. Evitá los alimentos cocidos que hayan permanecido a temperatura ambiente durante varias horas.

- Consumí solo alimentos que estén bien cocidos y aún calientes.
- Evitá consumir alimentos crudos y fruta con la piel dañada.
- Evitá los platos que contengan huevos crudos o poco cocidos y derivados como mayonesa.
- En los países donde existen toxinas en peces y mariscos obtené información local sobre su consumo, debido a que en ciertas épocas del año no está recomendada la ingesta de los mismos.

Los eventos masivos conllevan un aumento del riesgo de transmisión de enfermedades transmisibles, sea cual sea su mecanismo de transmisión.

Centro de Asesoramiento al Viajero: 18 de Julio 1892 - Oficina 426 - 4º piso
Teléfono: 1934 interno 4032 - Fax: 1934 interno 4030 Correo: asesoramientoviajero@msp.gub.uy
Departamento de Vigilancia en Fronteras - División Epidemiología
Dirección General de la Salud - Ministerio de Salud Pública - Uruguay

¿QUÉ OTRAS VACUNAS ES RECOMENDABLE LLEVAR?

Vacuna antigripal y antineumocócica

Se recomienda la vacunación antigripal para quienes viajen al mundial de Rusia. Las cepas de la vacuna que se administra actualmente en Uruguay protegen contra los virus que circulan en el hemisferio norte desde el invierno pasado.

La vacuna antineumocócica se recomienda a todos los adultos de 65 años o más. Es una vacuna que se aplica por única vez, a menos que los pacientes la hayan recibido siendo menores de 65 años, o sean portadores de insuficiencia renal crónica. No necesita receta para vacunarse.

Para mayor información: <http://www.msp.gub.uy/>

VACUNATE

Ganamos todas, ganamos todos

Otras recomendaciones

- En eventos masivos, como los mundiales de fútbol, algunos riesgos adquieren más importancia. La conducta suele verse afectada por múltiples factores, y una buena planificación previa debe considerarse.
- Las infecciones de transmisión sexual son uno de esos riesgos. Es importante recordar que el preservativo es el método de barrera para evitar muchas de las posibles infecciones, como el VIH, sífilis, gonorrea y otras.
- Las precauciones en cuanto a no compartir jeringas ni otros elementos que contengan fluidos corporales deben llevarse al extremo.
- Se debe tener en cuenta que la entrada a los estadios puede demorar horas, por lo que dependiendo de las temperaturas en el exterior de los mismos, deben tener precaución con la hidratación y recaudo en cuanto a la vestimenta adecuada.
- Es aconsejable contratar un seguro de salud previo al viaje.
- Si presenta algún síntoma de enfermedad infecciosa, como fiebre, decaimiento, cansancio, falta de apetito, rash cutáneo, etc, debe consultar rápidamente.
- Algunas enfermedades presentes en Rusia, al igual que en muchos otros países, son transmitidas por picaduras de mosquitos u otros artrópodos, como garrapatas. Es importante recordar la necesidad de prevenir dentro de lo posible, la picadura de los mismos. Puede aplicarse repelentes que contengan DEET en su formulación activa, con un porcentaje mayor a 20%, y seguir las especificaciones del fabricante, en cuanto al período de reaplicación.
- Si una vez de regreso en nuestro país, presenta algún síntoma de los descritos previamente, mencioná al momento de consultar al médico que estuviste de viaje en el mundial de fútbol.

Material confeccionado a partir de información presente en la página web del Ministerio de Salud Pública, recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (Communicable disease alert and response for mass gatherings, Junio 2008; Viajes Internacionales y Salud, Febrero 2017).



Por más información: www.msp.gub.uy

