

Viaje preparado: Vacúnese

Idioma:

[Español \(Spanish\)](#)

Asegúrese de estar al día con *todas* las vacunas recomendadas antes de viajar al extranjero.

Viajar al extranjero puede ser una experiencia divertida y



enriquecedora, aunque también puede presentar riesgos para la salud. Los tipos de riesgos que podría enfrentar durante sus viajes dependen de varias cosas, como:

- el lugar adonde viaje,
- las actividades que haga mientras viaje,
- su estado de salud, y
- las vacunas que haya recibido.

Muchas enfermedades que se pueden prevenir con vacunas y que se han vuelto raras en los Estados Unidos, como el sarampión y la tosferina, aún son comunes en otras partes del mundo. Ciertas actividades, como asistir a eventos multitudinarios, pueden aumentar la propagación de enfermedades infecciosas. Independientemente de dónde planifique ir, debería aplicarse las vacunas recomendadas para reducir la probabilidad de contraer y propagar enfermedades.

VACUNA DE LA FIEBRE AMARILLA ACTUALMENTE EN FALTA PARA **INMUNE** (ENERO 2019) PROBABLEMENTE DISPONIBLE EN FEBRERO 2019, CONSULTAR.

Haga planes para vacunarse

Cuando empiece a planificar un viaje internacional, hable con un profesional de atención médica sobre las vacunas que necesitará. Si su profesional de atención médica primaria no maneja vacunas para viajes en el consultorio, quizás deba [ir a un centro médico para viajeros*](#) para recibir las vacunas que necesita.

- **Consulte con su profesional de atención médica al menos un mes antes de cualquier viaje internacional.** Quizás necesite todo ese tiempo para completar una serie de vacunas, y su cuerpo precisa tiempo para desarrollar la inmunidad. Averigüe cuáles son las [recomendaciones y requisitos de vacunas para su lugar de destino*](#).
- **Pregunte sobre las vacunas de rutina cuando hable con un profesional de atención médica acerca de su viaje.** Además de aplicarse las vacunas recomendadas para su viaje, asegúrese de que tanto usted como su familia estén al día con [todas las vacunas de rutina*](#), como la vacuna MMR, **antes** de viajar.
- **Verifique si se recomienda o requiere la vacuna contra la fiebre amarilla en el lugar adonde viajará y planee según corresponda.** Esta vacuna solo la puede administrar un proveedor registrado y **se debe** aplicar por lo menos 10 días antes del viaje.

Infórmese más

- Póngase al día con todas sus vacunas para averiguar cuáles son las vacunas que podría necesitar.
- Infórmese sobre las vacunas recomendadas para viajes y los medicamentos que podría necesitar para su [lugar de destino*](#).
- Obtenga las [últimas noticias de salud*](#) de las zonas que planea visitar. Existe el mapa móvil de CDC que se consulta permanentemente porque las patologías varían por zonas en distintos tiempos
- Descubra e infórmese acerca de [enfermedades específicas*](#) que pueden afectarlo durante su viaje.

Otros consejos para informarse bien antes de viajar y mantenerse sano

La vacunación es el primer paso para mantenerse sano cuando viaja. Estas son otras maneras importantes de evitar las enfermedades:

- Tenga cuidado con lo que coma y beba. Siga estos consejos sobre la [seguridad para el consumo de agua y alimentos](#)*.
- Los insectos (incluidos los mosquitos, las garrapatas y algunas moscas) pueden transmitir varias enfermedades graves. Use un repelente de insectos registrado en la EPA y aprenda otras maneras de [evitar las picaduras de insectos](#)*.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón o use un desinfectante de manos a base de alcohol.
- No toque a los animales, en particular a los monos, perros y pájaros. Siga otros consejos para [estar seguro alrededor de los animales](#).

(Texto de CDC enero 2019, con algunas modificaciones a cargo de la Dra. Claudia Dominguez Herrera MP 7242)