

## Viajando a otros países



El verano es una ocasión propicia para viajar. Y hacerlo en familia o con los amigos es una experiencia compartida que se disfruta mucho y, a veces, una aventura fascinante.

Es importante no relajarnos en el cuidado de la nuestra salud y la de los nuestros. Por ello, te queremos hacer un recordatorio de temas que encontrarás en *Familia y Salud* o en la página *Salud Joven* y que te pueden ser útiles en éste momento.

Si lo hacemos con nuestro coche, será importante mantener las normas de seguridad que nos ayudan a prevenir accidentes o problemas derivados. Recuerda, **en el automóvil**:

- [El recién nacido y el bebé en el coche, siempre bien sujetos](#)
- [Ha crecido ¿qué sillita le pongo para viajar?](#)
- [El nuevo sistema de sillitas infantiles i-Size](#)
- [Viajar en tu coche](#) (para jóvenes)
- Y si llevas la bicicleta: [Seguridad montando en bicicleta](#)

Aquí te hacemos un repaso de algunas **recomendaciones** que debes considerar **cuando viajas con la familia o los amigos**:

- [Viajando con niños](#)
- [Decálogo del Niño viajero](#)

Cada vez es más frecuente la salida, incluso con niños, a otros países; incluso países exóticos. También, familias inmigrantes que regresan en estos días a sus países de origen a visitar a la familia extensa.

En estas circunstancias, debemos considerar la posibilidad de enfermedades poco frecuentes en nuestro medio pero que son habituales en los países de destino.

El *Ministerio de Sanidad* nos recuerda por ésta época todos los años algunos [Consejos Sanitarios para el Viajero Internacional](#).

En éste sentido, debes considerar algunas **Vacunas de interés para los viajes internacionales** (algunas pueden ser obligatorias para poder entrar en el país) y que no están incluidas en el calendario de vacunaciones de tu país o comunidad de origen:

- [Viajes internacionales, ¿me tengo que vacunar?](#)
- [Vacuna de la Fiebre Amarilla](#)
- [Vacuna de la Fiebre Tifoidea](#)
- [Vacuna de la Hepatitis A](#)
- [Paludismo: profilaxis en niños viajeros](#)

Y algunas medidas generales, válidas para cualquier destino:

- [Protección solar](#)
- [Prevención de las picaduras](#) de mosquitos
- [Diarrea del viajero](#)

Y también puede ser interesante para tí conocer mejor algunas de las **enfermedades** más frecuentes en otros países lejanos o distintos al tuyo. Algunas se transmiten a través de picaduras de mosquito u otros insectos:

- [Malaria: cómo prevenirla y conocerla](#)
- [Fiebre amarilla](#)
- [¡Chikungunya! Nueva fiebre viral dolorosa](#)
- [La enfermedad por el virus Zika: Resolviendo dudas](#)
- [El virus Zika: un problema de salud pública internacional](#)
- [Dengue: ¿qué debemos saber?](#)
- [¿Qué puedo saber de la enfermedad de Chagas o tripanosomiasis americana?](#)

También hay que pensar en otras enfermedades que pueden transmitirse a través de alimentos ingeridos, al comer alimentos o beber aguas poco higiénicas:

- [Fiebre tifoidea](#)
- [Hepatitis A](#)
- ["Las lombrices", ¿cómo es posible que a mi hijo le hayan salido esos bichitos?](#)
- [Giardiasis y Diarrea por Giardia](#)

**¡Disfruta tu viaje y cuida tu salud (y la de los tuyos)!**

**Por ello, ino te despistes! y sigue con *Familia y Salud y Salud Joven* (también en tu móvil)**

**Enlace de interés**

- [Atención al Viajero](#) - "[La Salud también Viaja](#)". *Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad*

---

**Fecha de publicación:** 27-06-2016

---