

Consejos a los viajeros que se dirigen o regresan de una zona afectada por el brote de la nueva gripe

El Ministerio de Sanidad y Política Social está siguiendo el brote de la gripe humana provocado por el nuevo virus de la gripe A(H1N1)

El Ministerio está en contacto permanente con la Organización Mundial de la Salud para actualizar la información con respecto a este brote.

En la actualidad, según la Organización Mundial de la Salud, la nueva gripe A(H1N1) no es motivo para cancelar ningún viaje.

De todas formas, si usted va a viajar, es muy importante que tenga en cuenta estos consejos:

En el lugar de destino

Las enfermedades respiratorias como los resfriados y la gripe están causadas por virus que infectan la nariz, la garganta y los pulmones. Estas enfermedades se propagan generalmente de una persona a otra cuando alguien que está infectado tose o estornuda.

Las medidas de prevención que se deben tener en cuenta son:

- Extremar el cuidado de su higiene personal lavándose frecuentemente las manos con agua y jabón especialmente tras toser o estornudar. No comparta alimentos, vasos o cubiertos.
- Cúbrase nariz y boca al toser o estornudar con un pañuelo o estornude sobre el ángulo interno del codo. Tire el pañuelo desechable en una bolsa de plástico.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Quédese en casa o en la habitación de su hotel cuando esté enfermo y consulte a un médico cuando sea necesario.
- Practique buenos hábitos de higiene.
- Evite el contacto con personas enfermas (uno o más de los siguientes síntomas: fiebre, tos, dificultad respiratoria, dolor de garganta, dolor de cabeza, malestar general, dolores musculares, rinorrea, Algunos casos de nueva Gripe A (H1N1) pueden presentar diarrea y vómitos).

Al regresar del viaje

Teniendo en cuenta que usted regresa de una zona que pudiera estar afectada de nueva gripe A (H1N1), es muy importante que tenga en cuenta estos consejos:

- Preste mucha atención a su salud durante los 7 días siguientes a su vuelta
- Si en ese tiempo presenta alguno de los siguientes síntomas:
 - Fiebre > a 38°C
 - Tos
 - Dificultad respiratoria
 - Otros síntomas como: dolores musculares, dolor de cabeza, dolor de garganta, rinorrea, malestar general, diarrea o vómitos.

Contacte telefónicamente con el servicio de emergencia (112), teléfono de contacto en todas las Comunidades Autónomas, excepto:

- Andalucía, 902 505 060
- Aragón, 112 y 061
- Baleares, 061
- Canarias, 012
- Cantabria, 942 35 74 18
- Cataluña, "Sanidad responde", 902 111 444
- Galicia, 061
- Comunidad Valenciana, 900 161 161

o con los **Servicios Sanitarios** de su Comunidad Autónoma (Médico de cabecera y/o servicio de urgencias).

- En esa llamada, informe usted de su viaje a la zona afectada y la fecha de regreso.