

REDUCE EL RIESGO DE PICADURAS DE MOSQUITOS (Dengue, Zika, Chikungunya, Fiebre Amarilla o Malaria)

- Duerme en habitaciones con mallas en las ventanas o usa mosquiteros.
- Usa ropa adecuada: mangas y pantalones largos. Evita los colores oscuros que atraen mosquitos.
- Usa repelentes sobre la piel que contengan hasta un 30% de DEET, en niños a partir de 2 meses y embarazadas, y en concentraciones de 30% a 50% de DEET, en niños mayores de 2 años.
- No apliques repelentes en menores de 2 meses.
- Usa repelentes basados en PERMETRINA para rociar ropa, mosquiteros y elementos de camping.
- Utiliza mosquiteros en las cunas y coches de niños.

Después de Viajar



NO DONES SANGRE

Como mínimo por un periodo de 12 meses si estuviste en zonas de riesgo de malaria y de 4 semanas, por virus Zika.



USA PRESERVATIVO

El Zika también puede ser transmitido a través de las relaciones sexuales. Se recomienda el uso de preservativo, por seis meses, durante el acto sexual.



CONSULTA A UN MÉDICO

Si al regresar presentas fiebre, erupción en la piel, hemorragia, náuseas, vómitos, diarrea, malestar indefinido con dolor articular, muscular o enfermedad gripal.



Más información en
minsal.cl

Recomendaciones para Viajeros



CHILE LO
HACEMOS
TODOS

LLAME A SALUD RESPONDE

600-360-7777

PROFESIONALES DE LA SALUD ATENDIENDO SUS DUDAS LAS 24 HORAS,
LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA

Antes de Viajar



CONSULTA AL MÉDICO

Con anticipación mínima de 1 mes para conocer medidas de protección y prevención (como vacunas requeridas en el país a visitar).



CONTRATA UN SEGURO MÉDICO

O verifica alternativa de cobertura en el extranjero.



ARMA UN BOQUITÍN

Con la medicación habitual y las indicaciones médicas.



ROPA ADECUADA

Procura utilizar ropa y calzado cómodos.

Durante el Viaje

LÁVATE LAS MANOS

Frecuentemente y con jabón, antes de las comidas y después de ir al baño.



HIDRÁTATE

Y consume agua embotellada, hielo, bebidas o jugos de procedencia segura.



ALIMENTACIÓN SEGURA Y SALUDABLE

- Evita elaboraciones caseras y/o en puestos de venta callejeros.
- Consume frutas o verduras lavadas adecuadamente.



USA PRESERVATIVO

En cualquier tipo de contacto sexual, para reducir el riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual y el virus Zika.



MORDEDURAS DE ANIMALES

Consulta rápidamente a un médico en caso de sufrir este evento.

