



# ATENCIÓN DE EVENTUALIDADES RELACIONADAS CON LA SALUD



Los turistas pueden sufrir varios **problemas de salud**, al someterse a algunos **cambios temporales**, como **alimentación y tipo de clima**.

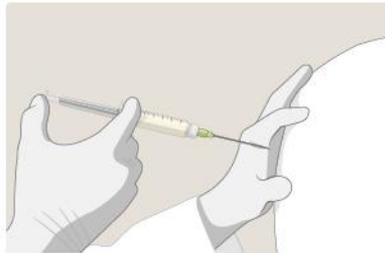


Para prevenir:

Mantén **higiénicos** alimentos e instalaciones.



Informa al turista si requiere contar con alguna **vacuna** específica antes de visitar el lugar.



Supervisa contar con **agua potable** y adecuado saneamiento.



Solicita en su reservación **que lleve consigo medicamentos prescritos** en caso de estar durante algún tratamiento pues en muchos países cambian los nombres no se consiguen con facilidad.



## Molestias que se presentan con frecuencia y sus tratamientos

### 01 Cambios de altura



Síntomas	Duración	Prevención
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor de cabeza</li> <li>• Anorexia</li> <li>• Nausea</li> <li>• Insomnio</li> <li>• Fatiga</li> <li>• Debilidad</li> </ul>	24 a 48 h	Dirigir con el médico general para valoración.

### 02 Calor y humedad



Síntomas	Duración	Prevención
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agotamiento</li> <li>• Golpe de calor</li> <li>• Deshidratación</li> <li>• Irritación en piel</li> <li>• Irritación o infección en ojos y vías respiratorias</li> </ul>	24 a 48 h	Descanso a la sombra. Consumo de alimentos y bebidas con sal. Uso de jabón y talco. Dirigir con el médico general para valoración.



## ATENCIÓN DE EVENTUALIDADES RELACIONADAS CON LA SALUD

### 03 Rayos UV



Síntomas	Duración	Prevención
<b>Quemaduras solares</b> (Comezón, irritación y dolor)	24 a 48 h	Gel refrescante humectante (Aloe vera)
<b>Ceguera de la nieve</b> (Visión borrosa, conjuntivitis, lagrimeo excesivo, ceguera temporal, hipersensibilidad a la luz)	6 a 12 h	Cubrir ojos con paño limpio o gasas, evitar ver directamente la luz natural o artificial y dirigir con el oftalmólogo.

### 04 Riesgos Sanitarios



Síntomas	Duración	Prevención
Diarrea	Hasta 24 horas	Consumir líquidos y visitar al médico

### 05 Picaduras de Insectos



Síntomas	Duración	Prevención
<ul style="list-style-type: none"><li>• Comezón</li><li>• Ardor</li></ul>	Hasta 24 horas	Utilizar repelentes. Restringir la actividad al aire libre durante el atardecer y el amanecer. Si se presenta fiebre o dolor intenso, acudir al médico.