

MAURITANIA

RECOMENDACIONES PARA EL VIAJE



Vacunaciones

VACUNAS OBLIGATORIAS

Se exige certificado de vacunación contra la Fiebre Amarilla a los viajeros mayores de un año procedente de países con riesgo de transmisión de la fiebre amarilla. Recomendaciones de vacunación contra la fiebre amarilla: Sí. Recomendada para todos los viajeros mayores de 9 meses que viajan a zonas del sur del desierto del Sáhara. No recomendada para viajeros cuyo itinerario se limite a áreas del desierto del Sáhara.

VACUNAS RECOMENDADAS

Fiebre amarilla (especialmente para viajes de larga duración y desplazamientos fuera de los núcleos urbanos, sobre todo a la zona limítrofe con el Río Senegal), hepatitis A y B, fiebre tifoidea, meningitis meningocócica, tétanos y difteria.

El calendario de vacunación debe estar actualizado, especialmente en lo referente a la vacuna antitetánica. De no ser así, es necesario vacunarse con la suficiente antelación.

Existe riesgo de paludismo -predominantemente por *P. falciparum*- durante todo el año y en todo el país, con excepción de las regiones del Norte de Dakhlet-Nouadhibou y Tiris-Zemour. En Adrar e Inchiri existe riesgo de paludismo durante la estación de las lluvias (de julio a octubre incluidos).

Prevención recomendada en las zonas de riesgo: C

Recomendaciones sanitarias generales para viajar a Mauritania

Las condiciones sanitarias del país son extremadamente precarias. Hay hospitales públicos en Nuakchot, Kaedi, Nema y en el Aioun-el-Atrouss. Nuakchot y Nuadibú cuentan también con alguna clínica privada. En las demás capitales provinciales hay tan solo modestos centros de salud y en el resto del país algunos dispensarios. Todos ellos carecen de medios materiales y personales, de modo que la atención que pueden prestar es muy insuficiente. Por ello, antes de viajar a Mauritania, es indispensable contratar un seguro médico cuya cobertura sea lo más amplia posible. Es importante que este seguro incluya la posibilidad de evacuación aérea. En caso de necesidad, la evacuación puede realizarse al aeropuerto de Las Palmas de Gran Canaria.

El sur del país, fronterizo con el río Senegal, es una zona endémica de paludismo. El riesgo es mayor durante los meses de mayor humedad (de mayo a octubre). Por ello, antes de emprender el viaje es necesario recabar consejo médico acerca de la conveniencia o no de utilizar la profilaxis contra esta enfermedad. Una vez en el terreno, es de gran utilidad el uso de repelentes contra mosquitos, mosquiteras y prendas de manga larga.

En diciembre de 2010 y 2012 se detectó la presencia de la fiebre del valle del Rift en la región de Adrar. Esta enfermedad afecta fundamentalmente a animales, pero también puede afectar a personas, pudiendo llegar a producir la muerte. El contagio puede producirse por la picadura de mosquitos, por contacto con animales enfermos o ingestión de carne o leche de dichos animales.

En agosto de 2005 se registró un brote de cólera que causó la muerte de 30 personas en las zonas entre Nuakchot y Rosso.

A lo largo de 2003 se detectaron en Nuakchot algunos casos de fiebre hemorrágica de Crimea-Congo.

También se han dado casos esporádicos de rabia, por lo que es aconsejable extremar el cuidado y evitar el contacto con animales en la calle.

Para evitar riesgos, es siempre recomendable beber agua embotellada o filtrada, no bañarse en el río e intentar evitar el contacto con insectos, pues podrían ser transmisores de enfermedades.

Más información:

> <http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasAlExtranjero/Paginas/DetalleRecomendacion.aspx?IdP=40>

Recomendaciones sanitarias generales para viajes internacionales

Las personas afectadas por enfermedades crónicas subyacentes deben pedir consejo médico antes de organizar un viaje. Entre las enfermedades que incrementan los riesgos sanitarios durante el viaje se incluyen las siguientes:

- Enfermedades cardiovasculares
- Hepatitis crónica
- Enfermedades intestinales inflamatorias crónicas
- Enfermedad renal crónica que requiere diálisis
- Enfermedades respiratorias crónicas
- Diabetes mellitus
- Epilepsia
- Inmunosupresión debida a medicación o a infección por VIH
- Enfermedad tromboembólica previa
- Anemia severa
- Trastornos mentales graves
- Cualquier dolencia crónica que requiera intervención médica frecuente
- Trasplantes
- Condiciones oncológicas
- Afecciones hematológicas crónicas

Cualquier viajero afectado por una enfermedad crónica debe llevar consigo la medicación necesaria para todo el tiempo que dure el viaje. Todos los medicamentos, especialmente los que requieren receta, deberán llevarse guardados en el equipaje de mano dentro de sus envases originales con las etiquetas visibles. Como precaución ante pérdida o robo es aconsejable llevar la medicación por duplicado en el equipaje facturado. Debido a la intensificación de la seguridad aérea, los objetos cortantes y los líquidos en cantidades superiores a los 100 ml deben permanecer en el equipaje facturado.

El viajero deberá llevar consigo el nombre y datos de contacto de su médico junto con los otros documentos de viaje, e información sobre su situación médica y tratamiento, además de los detalles sobre la medicación (incluidos los nombres genéricos de los medicamentos) y las dosis prescritas. Esta información debe igualmente guardarse en formato electrónico para poder recuperarse a distancia (por ejemplo en una base de datos segura). También es necesario llevar un informe del médico, certificando la necesidad de los medicamentos u otro material sanitario (ej. jeringuillas) que lleve el pasajero, que pudiera ser solicitado por los oficiales de aduanas y/o personal de seguridad.

Responsabilidad del viajero

Los viajeros pueden obtener una gran cantidad de información y consejos de los profesionales sanitarios y de la industria de los viajes, para ayudarles a prevenir problemas de salud mientras se encuentren en el extranjero. Sin embargo, los viajeros son responsables de su salud y bienestar durante el viaje y a su regreso, así como de prevenir el contagio de enfermedades transmisibles a otros. A continuación se detallan las principales responsabilidades que ha de asumir el viajero:

- La decisión de viajar
- Reconocer y aceptar los riesgos asociados
- Buscar consejo médico con tiempo suficiente, preferiblemente 4-8 semanas antes del viaje
- Cumplir las vacunaciones recomendadas y las prescripciones sobre otras medicaciones y medidas sanitarias
- Realizar una cuidadosa planificación antes de la partida
- Llevar consigo un botiquín médico conociendo su manejo
- Contratar un seguro con la cobertura adecuada
- Adoptar precauciones antes, durante y después del viaje
- Conseguir un informe del médico sobre los medicamentos con receta, jeringuillas, etcétera, que va a llevar consigo
- Hacerse responsable de la salud y el bienestar de los niños que le acompañen
- Adoptar precauciones para evitar transmitir cualquier enfermedad infecciosa a otras personas durante y después de viaje
- Informar detalladamente a un médico sobre cualquier enfermedad al regreso, incluida la información sobre todos los viajes recientes
- Mostrar respeto por el país anfitrión y su población
- Evitar contactos sexuales sin protección y practicar un comportamiento sexual responsable