

PANAMÁ

RECOMENDACIONES PARA EL VIAJE



Vacunaciones

VACUNAS OBLIGATORIAS

Contra la FIEBRE AMARILLA para aquellos extranjeros procedentes de África y determinados países de América del Sur.

VACUNAS RECOMENDADAS

Es conveniente tener actualizado el calendario oficial de vacunaciones.

En caso de tener previsto visitar zonas selváticas se recomienda vacunarse de fiebre amarilla.

Pueden ser recomendables otras vacunas, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada en cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados.

Existe riesgo de paludismo (2015) -predominantemente por *P. vivax* (99%)- todo el año en las provincias situadas a lo largo de la Costa Atlántica y de la frontera con Costa Rica y con Colombia: Bocas de Toro, Chiriquí, Colón, Darién, Kuna Yala, Ngabe Bugle, Panamá y Veraguas. En Ciudad de Panamá, en la zona del Canal, y en las otras provincias el riesgo de transmisión no existe o es insignificante.

Notas importantes a fecha de julio de 2016

En la actualidad no existen alertas sanitarias ni casos detectados de epidemias como el dengue (se han dado algunos casos en los últimos años), el Chikunguya o el Ébola. Sin embargo, el Gobierno de Panamá mantiene una campaña permanente para reducir el número de casos de per-

sonas infectadas por algunas de estas enfermedades, de especial incidencia en época de lluvias, alertando sobre la necesidad de acabar con los criaderos de mosquitos.

Recomendaciones sanitarias generales para viajar a Panamá

En la actualidad no existen alertas sanitarias ni casos detectados de epidemias como el dengue (se han dado algunos casos en los últimos años), el Chikunguya o el Ébola. Sin perjuicio de lo anterior, el Ministerio de Sanidad ha prohibido la entrada en el país a todos los nacionales y viajeros procedentes de Sierra Leona, Liberia y Guinea Conakry, o que hayan estado en los mencionados países en los últimos 21 días. Esta restricción se mantendrá hasta que la OMS declare a estos tres países libres del Ébola.

-Se recomienda a los ciudadanos españoles que visiten zonas selváticas o barrios marginales de la capital extremar las precauciones, usando regularmente repelentes antimosquitos (preferiblemente los adquiridos localmente), especialmente en las horas de la tarde.

- Las condiciones sanitarias son satisfactorias en la ciudad de Panamá y centros turísticos. El agua es potable en la ciudad de Panamá y en todas las capitales de provincial.

- Si tiene previsto visitar áreas rurales alejadas de las capitales de provincia, es importante tener en cuenta que en los últimos años se han dado casos de dengue y de malaria-paludismo (en menor medida) en esas áreas, por lo que conviene utilizar repelentes antimosquitos.

PANAMÁ

RECOMENDACIONES PARA EL VIAJE

Pueden recomendarse tres hospitales privados en Panamá capital:

CLÍNICA-HOSPITAL PAITILLA

Tel.: 265.88.00 ó 265.88.88

HOSPITAL PUNTA PACÍFICA

Tel. 204.8000

HOSPITAL NACIONAL

Tel.: 207.8110

Otros establecimientos de carácter público son los siguientes:

HOSPITAL SEGURO SOCIAL

Tel.: 5036000- Urgencias 5036001

HOSPITAL SANTO TOMÁS

Tel.: 5075600

HOSPITAL DEL NIÑO

Tel.: 5129808 Urgencias: 5129823

CRUZ BLANCA (DROGAS)

Tel.: 2273002 ó 277.3004

URGENCIAS MÉDICAS

Tel.: 229.1133, 227.3237 ó 227.3233

AMBULANCIAS

Tel.: 5032532

Se recomienda que se viaje provisto de seguro médico ya que no siempre es posible recibir atención en los hospitales públicos.

SITUACIÓN DE EMERGENCIAS

Teléfono 911

Las autoridades de Panamá han decretado, como todos los años en estas fechas de verano, una alerta sanitaria por dengue y chikungunya dado el aumento de los criaderos de mosquitos. Además, se ha decretado una alerta por el virus del zika, especialmente peligroso para las mujeres embarazadas por el riesgo de malformación para el feto. Se recomienda a las mujeres embarazadas que eviten las zonas tropicales y en concreto las islas de San Blas, en el Caribe, dentro de la comarca de Guna Yala. Además, es conveniente usar repelentes de mosquitos adquiridos en el mercado local y llevar ropa de manga larga para evitar las picaduras.

Más información:

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasAlExtranjero/Paginas/DetalleRecomendacion.aspx?IdP=142>

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