

# SENEGAL

## RECOMENDACIONES PARA EL VIAJE



## Vacunaciones

### VACUNAS OBLIGATORIAS

Se exige certificado de vacunación contra la Fiebre Amarilla a los viajeros mayores de 9 meses de edad procedentes de países con riesgo de transmisión de la fiebre amarilla y a aquellos viajeros que hayan realizado tránsitos en aeropuertos de países con riesgo de transmisión de fiebre amarilla. Recomendaciones de vacunación contra la fiebre amarilla: Sí.

### VACUNAS RECOMENDADAS

Es conveniente tener actualizado el calendario oficial de vacunaciones. Se recomienda la vacuna de la Hepatitis A y B, tétanos y tratamiento contra el paludismo/malaria, que tiene carácter endémico en Senegal.

Acudir a cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados para una vacunación personalizada. Existe riesgo de paludismo -predominantemente por *P. falciparum*- durante todo el año y en todo el país; el riesgo es menor de enero a junio en las regiones del centro-oeste.

## Recomendaciones sanitarias generales para viajar a Senegal

Las condiciones sanitarias varían dependiendo del lugar y la estación del año. Aunque en Dakar son aceptables, en el conjunto del país son deficientes. Además debe tenerse en cuenta que en la época de lluvias (de julio a octubre), se multiplican los casos de paludismo/malaria y de parasitismo intestinal.

En consecuencia, es muy recomendable contratar un seguro médico antes de viajar cuya cobertura sea lo más amplia posible, incluyendo la evacuación sanitaria en caso de necesidad por enfermedad grave.

Por otra parte, se recomienda evitar el consumo del agua corriente. Dado que en el pasado ha habido algunos episodios de cólera, conviene beber exclusivamente agua embotellada. También es aconsejable evitar el hielo, no ingerir verduras frescas o ensaladas y consumir preferentemente alimentos cocidos o cocinados.

El paludismo/malaria es endémico en Senegal, aunque menos frecuente que en países africanos más al sur. Se recomienda contactar con el médico de cabecera o un centro sanitario internacional con objeto de conocer la profilaxis más adecuada para cada viajero. Es recomendable el uso de repelentes anti-mosquitos.

Más información:

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasAlExtranjero/Paginas/DetalleRecomendacion.aspx?IdP=161>

## 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