

VIETNAM

RECOMENDACIONES PARA EL VIAJE



Vacunaciones

VACUNAS OBLIGATORIAS

Se exige certificado de vacunación contra la Fiebre Amarilla a los viajeros mayores de un año de edad procedentes de países con riesgo de transmisión de la fiebre amarilla. Recomendaciones de vacunación contra la fiebre amarilla: No.

VACUNAS RECOMENDADAS

Es conveniente tener actualizado el calendario oficial de vacunaciones.

Hay una serie de vacunas recomendadas, entre las que se encuentran la Hepatitis A y B, el Tétanos-Polio, la Fiebre tifoidea y la Encefalitis japonesa y la Gripe, para el caso de estancias largas.

Acudir a cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados para una vacunación personalizada.

Existe riesgo de paludismo -predominantemente por *P. falciparum*- en todo el país, excepto en los núcleos urbanos, el delta del río Rojo, el delta del Mekong, y las llanuras costeras del centro de Vietnam. Las áreas de mayor riesgo son las zonas altas por debajo de 1.500 m. de altitud, al sur del 18º N, principalmente las cuatro provincias altas centrales de Dak Lak, Dak Nong, Gia Lai y Kon Tum, provincia de Binh Phuoc y la parte oeste de las provincias costeras de Khanh Hoa, Ninh Thuan, Quang Nam y Quang Tri. Se ha notificado resistencia a la mefloquina.

Notas importantes a fecha de julio de 2016

La OMS y las autoridades locales han confirmado en la primera semana de abril la aparición de dos casos, ambos en núcleos urbanos, de mujeres afectadas por el virus Zika en Vietnam y alertan sobre la posibilidad de que aparezcan nuevos casos dada la presencia del mosquito transmisor (*Aedes*) en el país. La OMS recomienda a todos los viajeros, y muy en especial a mujeres embarazadas o en edad de concebir, que extremen las medidas profilácticas para evitar la picadura del mosquito, particularmente el uso de ropa adecuada y de mosquiteras y sobre todo el uso de repelentes eficaces (repelentes que contenga N,N-dietil-m-toluamida (DEET) o Ftalato de dimetilo, IR3535 o Icaridin). Por la duración de su efecto y la facilidad de aplicación, se recomiendan las cremas o sprays con una concentración de DEET mayor de 30 %. Este tipo de repelentes, adecuados a las condiciones del país, son mucho más accesibles en el mercado local que en España.

Por otro lado, y mientras haya más datos sobre la posible transmisión del virus del Zika por vía sexual, se recomienda el uso de prácticas sexuales protegidas en el caso de que la pareja o uno de sus miembros viva o haya estado recientemente en alguno de los países más afectados por el Zika.

Recomendaciones sanitarias generales para viajar a Vietnam

Las condiciones sanitarias son bastante deficientes en muchos casos, por lo que se recomienda beber agua embotellada, extremar el cuidado en el consumo de hielo en lugares públicos y lavar y desinfectar cuidadosamente las frutas, verduras y otros alimentos destinados a su consumo crudo.

Las enfermedades más comunes son la fiebre tifoidea, el dengue y la diarrea común, debidas a la poca salubridad en alimentos y agua.

VIETNAM

RECOMENDACIONES PARA EL VIAJE

Por otra parte, en algunas épocas del año, especialmente en la estación de lluvias, se registra mayor incidencia de enfermedades provocadas por la picadura de insectos, tales como la encefalitis japonesa (para la que existe vacuna) y especialmente el dengue, enfermedad endémica en Vietnam, para la que no existe vacuna. La fiebre del dengue presenta los siguientes síntomas: náuseas, vómitos, pérdida de apetito, fiebre alta y fuertes dolores de cabeza. En casos extremos y raros adopta la variedad de "dengue hemorrágico" que puede llegar a producir la muerte.

Es fundamental por ello adoptar determinadas precauciones: evitar, si es posible, salir entre el anochecer y el amanecer, pues los mosquitos pican habitualmente durante este período; si se sale por la noche llevar ropa con manga larga y pantalones largos y evitar los colores oscuros que atraen a los mosquitos. La medida profiláctica más efectiva es impregnar las partes expuestas del cuerpo con un repelente que contenga N,N-dietil-m-toluamida (DEET) o Ftalato de dimetilo, siguiendo las recomendaciones del fabricante, en particular en lo que se refiere a niños pequeños. Por la duración de su efecto y la facilidad de aplicación, se recomiendan las cremas con una concentración de DEET mayor de 30 %.

Con distinta intensidad, según los años, se vienen haciendo públicos brotes de Gripe Aviar en Vietnam. Se trata, habitualmente, de casos aislados de contagio en zonas rurales donde el contacto directo con aves es más frecuente. Existe tratamiento para las distintas variantes del virus, si bien algunas son más complejas que otras.

La probabilidad de contagio de aves a personas o entre personas es muy reducida y se restringe en general a zonas rurales o suburbanas donde hay pequeñas granjas familiares sin medidas profilácticas y en las que se da un contacto directo y frecuente con las aves.

La adopción de una serie de prácticas preventivas sencillas reduce al mínimo la posibilidad de contagio: lavarse frecuentemente las manos, no llevarlas a la nariz, boca u ojos sin un previo lavado y desinfectar con alcohol en caso de contacto con aves. Se recomienda en todo caso no ingerir pollo u otras aves que no hayan sido bien cocinados.

Finalmente, en caso de síntomas semejantes inicialmente a los de la gripe común debe acudir inmediatamente a un centro médico.

INFRAESTRUCTURA SANITARIA

El equipamiento hospitalario en Vietnam es muy básico, y es recomendable viajar a Bangkok o Singapur para dolencias médica serias, por lo que es imprescindible viajar con un seguro médico que cubra todo tipo de gastos.

Se recomiendan los siguientes centros sanitarios:

Hanoi

HONG NGOC HOSPITAL

VINMEC INTERNATIONAL HOSPITAL- HANOI FRENCH HOSPITAL

HANOI FAMILY MEDICAL PRACTICE (CLÍNICA)

INTERNATIONAL SOS (CLÍNICA)

Ciudad Ho Chi Minh

FRENCH-VIETNAMESE HOSPITAL

LO MD5-1 Nam Saigon, F. Tan Phu, distrito 7

Tel: 0084 8 411 3333

CHO RAY HOSPITAL

201B Nguyen Chi Thanh, F.12, Distrito 5,

Tel: 0084 8 3855 4137

INTERNATIONAL SOS (CLÍNICA)

HANOI FAMILY MEDICAL PRACTICE (CLÍNICA)

Danang

HANOI FAMILY MEDICAL PRACTICE (CLÍNICA)

Vung Tau

INTERNATIONAL SOS (CLÍNICA)

Más información:

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasAlExtranjero/Paginas/DetalleRecomendacion.aspx?IdP=195>

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