

**REVISTA**

El Periplo Sustentable.

Universidad Autónoma del Estado  
de México[www.psus.uaemex.mx](http://www.psus.uaemex.mx)

ISSN: 1870-9036

Publicación Semestral

Número: 25

Julio / Diciembre 2013

---

**ARTÍCULO**

Título:  
Turismo y dengue en Cozumel:  
una aproximación desde sus  
implicaciones.

Autores:  
Danelia Gómez Torres  
(México)  
Cleotilde García Reza  
(México)  
Patricia Becerril Amero  
(México)

Fecha Recepción:  
07/agosto/2012

Fecha Reenvío:  
17/octubre/2012

Fecha Aceptación:  
20/enero/2013

Páginas:  
25 - 41

# Cuidando la salud de los viajeros. Un encuentro con la Emporiatría.

*Danelia Gómez Torres*

&lt; Universidad Autónoma del Estado de México &gt;

*Cleotilde García Reza*

&lt; Universidad Autónoma del Estado de México &gt;

*Patricia Becerril Amero*

&lt; Universidad Autónoma del Estado de México &gt;

**RESUMEN**

Esta investigación hemerográfica fue desarrollada a partir de artículos publicados de 2007 a 2011, procedentes de fuentes electrónicas. La elección de las patologías fue intencionada, en función de la mayor morbilidad. En el preanálisis se codifican datos brutos, asegurando selección y determinación de congruencia de fragmentos, al verificar convergencias y complementariedad, para después reconocer estructuras relevantes. El análisis del contenido es a través de contribuciones de varios autores, emergiendo como unidades temáticas predominantes patologías y medidas preventivas, las cuales se aglutinan en núcleos según mecanismos de transmisión: enfermedades transmitidas por artrópodos, por agua y alimentos, infecciosas y de contacto sexual. Los resultados muestran patologías a las cuales los turistas no sólo pueden ser vulnerables, sino transportadores y propagadores de enfermedades que no existen en su hábitat. Se señalan las medidas de protección a seguir por todo aquel que viaja, tanto colectiva como individualmente. Se concluye que la prevención de patologías consiste en inmunizarse y evitar prácticas de riesgo, y que la conducta asertiva sea averiguar las condiciones de salud de los lugares a visitar, ya que al solicitar asesoría se propicia la seguridad y protección de la salud, convirtiéndose el turista en preservador del bienestar de la población.

**PALABRAS CLAVE**

Enfermería, Turismo, Salud del Hombre, Educación en Salud.



# Taking care of travelers' health. An encounter to Emporiatics

*Danelia Gómez Torres*

< *Universidad Autónoma del Estado de México* >

*Cleotilde García Reza*

< *Universidad Autónoma del Estado de México* >

*Patricia Becerril Amero*

< *Universidad Autónoma del Estado de México* >

## *ABSTRACT*

This newspaper research has been developed from articles published during 2007-2011, and comes from electronic sources; the pathology selections was intentional, depending on higher morbidity, in pre-analysis hard data was codified to guarantee selection and fragment consistency determination by verifying convergences and complementarity and then recognize relevant structures. The content analysis was made through several author's contributions, emerging predominant thematic units like pathologies and preventive care. These are agglutinated in nuclei, according to transmission mechanisms: pathologies transmitted by arthropods, water and food; infectious diseases, and by sexual contact. Results show pathologies which tourists cannot only be vulnerable, but also carriers and spreaders of diseases not existing in their everyday habitat. Preventive measures to be followed by travelers are given both collectively and individually. It is concluded that disease prevention is to be immunized and avoid risky practices, and the advisable behavior is to investigate about health conditions of the place to visit, since requesting pre-travel counseling promotes security and health, with this, tourists become wellbeing population preserves.

## *KEY WORDS*

Nursing, Touring, Men's health, Health Education.

## *JOURNAL*

El Periplo Sustentable.

Universidad Autónoma del Estado  
de México

www.psus.uaemex.mx

ISSN: 1870-9036

Bi-Annual Publication

Number: 25

July / December 2013

## *ARTICLE*

Title:

Taking care of travelers' health.  
An encounter to Emporiatics

Authors:

Danelia Gómez Torres

(Mexico)

Cleotilde García Reza

(Mexico)

Patricia Becerril Amero

(Mexico)

Receipt:

august/07/2012

Forward

october/17/2012

Acceptance:

january/20/2013

Pages:

25 - 41



## INTRODUCCIÓN

Viajar es una gran experiencia que nos brinda la oportunidad de adquirir un cúmulo de conocimientos acerca de los lugares que se visitan. Sin embargo, en ocasiones la exposición a situaciones y ambientes diferentes puede representar riesgos para la salud. El turismo es uno de los campos en el que los asuntos de salud cobran mayor importancia, pues al vincularse generan estrategias de desarrollo para incrementar una colaboración interdisciplinaria, debido a las necesidades de información sanitaria para visitantes y visitados, al requerir servicios de salud congruentes con su cultura y formas de vida, ya que por el solo hecho de encontrarse la persona enferma en un lugar desconocido, y sin las redes de apoyo habituales de su país de origen, se sitúa el viajante en un escenario de particular dificultad, que estará asociado a su condición de extranjero (Burgos, 2011).

La vulnerabilidad en la salud de los viajeros está relacionada con quienes forman parte del fenómeno de movilidad, lo cual impacta en los cambios culturales y sociales, mismos que pueden repercutir en problemas de salud física y emocional, así como en alteraciones en su alimentación, eliminación o modificación de sus patrones de sueño; traducándose esto en una amplia gama de exigencias: intervenciones de emergencia y tratamiento de patologías propias del entorno.

Dar soluciones tecnológicas de manera globalizada, con visión etnocultural en el uso de servicios de atención a la salud para turistas, es un reto para el equipo multidisciplinario de salud, debido a que existen países con ecosistemas ricos en microorganismos, es decir, con alta incidencia de enfermedades infecciosas. En lugares con fuentes de contaminación de alimentos y eliminación inapropiada de desechos, lo que deriva en ocasionar que los viajeros sean más susceptibles de padecer e importar enfermedades agudas en las cuales, los residentes de la zona no poseen inmunidad.

### **Danelia Gómez Torres**

*Doctora en Enfermería por la Universidad Federal de Rio de Janeiro.*

*Investigadora y profesora de tiempo completo de la Facultad de Enfermería de la Universidad Autónoma del Estado de México.*

*gomezdanelia@usa.net*

### **Cleotilde García Reza**

*Doctora en Enfermería, por la Escuela de Enfermería de Riberáum Preto de la Universidad de São Paulo.*

*Profesora investigadora, adscrita a la Facultad de Enfermería y Obstétrica de Universidad de la Autónoma del Estado de México.*

*Líneas de Investigación:  
Enfermería comunitaria  
- Enfermedades crónico  
degenerativas*

*cgarc0506@yahoo.com.mx*

Existe una diversidad de patologías con sus respectivos mecanismos de transmisión, según tipo de vía de entrada: digestiva, hematológica, respiratoria, piel y mucosas. Señalar las diversas patologías, sus manifestaciones, así como las formas de prevenir los riesgos y las enfermedades del viajero es nuestro objetivo. Al presentar aquellas posibles patologías a las que un viajero puede estar expuesto, posibilita establecer pautas de prevención, porque en la mayoría de los viajes, según la zona geográfica, el tipo de viaje y la época de realización, se presenta una considerable serie de enfermedades.

En contraparte existe la vigilancia epidemiológica, cuyo propósito es explotar la información en salud, para situar las estrategias de prevención y control, estableciendo patrones de presencia de riesgos que permitan orientar las acciones de manera enérgica y eficiente. Dentro de estos indicadores de riesgo se encuentran los desplazamientos internacionales, señalados por el tiempo de estancia superior a 30 días, visita de zonas endémicas; así como indicadores de riesgo para viajeros internacionales, donde menores de 15 y mayores de 65 años, así como individuos con presencia de enfermedades de base y mujeres embarazadas constituyen grupos de alto riesgo.

### *METODOLOGÍA*

Se realizó una investigación hemerográfica, la cual se desarrolla a partir de artículos del área de enfermería, salud y turismo, ya que ésta es utilizada por investigadores para presentar fenómenos relacionados con un objeto de estudio y, cuyos datos similares son presentados como un diálogo de acuerdo con la literatura actual. A fin de determinar el objeto de estudio, se plantea explorar información actual relacionada con el área de emporiatria, y así determinar los patrones de ocurrencia de riesgos para orientarla hacia acciones de prevención y control de manera eficaz y eficiente. Para tal efecto se elabora un plan de acción para la recolección de la información. Después de dimensionar la amplitud de la temática, se establecen los criterios de

*Patricia Becerril Amero*

*Maestra en Salud Pública, por  
la Escuela de Salud Pública  
de la Habana Cuba.*

*Coordinadora de  
Investigación de la Facultad  
de Enfermería y Obstetricia de  
la Universidad Autónoma del  
Estado de México.*

*Línea de Investigación:  
Salud Comunitaria*

*mspbecerril@yahoo.com.mx*

inclusión, en el cual determinando que los artículos fuesen de un periodo menor de cinco años, es decir de 2007 a 2011, y utilizando únicamente fuentes hemerográficas, por considerar que esa producción científica es la más reciente, se cuida que los títulos atiendan el abordaje temático, procediendo a leer los resúmenes y, de manera exploratoria, la totalidad del artículo. La elección de las patologías se hace de manera intencionada, en función de la más alta morbilidad.

En el preanálisis para la exploración del contenido, se lleva a cabo una codificación de datos brutos, utilizando una cédula de captación de datos para determinar la interacción en los campos (enfermería, salud y turismo); y así asegurar la selección y determinación de congruencia de los fragmentos, establecer convergencias y complementariedades para permitir el reconocimiento de estructuras relevantes y concentrar los datos en archivos electrónicos.

El análisis del contenido se orientó al enfoque cualitativo. Así, con las contribuciones de varios autores, se construyeron las unidades temáticas (patología y medidas preventivas), conformándose familias, lo que favoreció su aglutinación en núcleos para la presentación de resultados que se agrupan en cuatro vertientes relacionadas con el ámbito del estudio, según su mecanismo de transmisión: enfermedades transmitidas por artrópodos, por agua y alimentos, por agentes infecciosos y de transmisión sexual.

Las enfermedades del viajero cuyo campo es la emporiatría, la cual se fusiona con la vigilancia epidemiológica interpretando tanto el fenómeno social determinante, como el problema de salud, por lo que el conocimiento y entendimiento por parte de la población de las diferentes medidas de control, definidas por las autoridades sanitarias en respuesta a mecanismos de transmisión y contagio, así como las medidas preventivas, son esenciales (Dávila, 2010), ya que se conjugan con los programas de vigilancia sanitaria internacional, aspectos que son abordados en este artículo.

## *DESARROLLO*

En relación con los problemas de salud de los viajeros, debe entenderse que la movilidad de dicha población tiene amplias repercusiones aun cuando sea una actividad planificada y voluntaria, enfrentándose en ocasiones a graves obstáculos para su atención, ya sea por motivos culturales,

idioma, o falta de información, que representa un desafío para los profesionales que ofrecen los servicios de salud; por lo tanto, su labor debe ser sensible a la diversidad cultural de las personas a quienes ofrecen sus servicios y deben aplicar sus conocimientos adaptados a la pluralidad. La interculturalidad en salud es la acción de llevar servicios a personas provenientes de latitudes distintas, donde el acceso a la atención en salud es un derecho universal sin distinción de raza, color, sexo, idioma, nacionalidad o cualquier otra condición (Burgos, 2012).

El turismo es un fenómeno social cuyo comportamiento depende de la demanda que realizan los individuos durante su tiempo libre. Cuando existe desplazamiento temporal hacia determinados lugares de interés, los viajeros generan necesidades de atención a su salud debido a la presencia de enfermedades; es aquí donde la emporiatria, como disciplina de la salud, muestra que los turistas están expuestos básicamente a tres riesgos sanitarios:

1. Trastornos causados por los cambios rápidos del medio (desfase del ritmo biológico por viajes prolongados).
2. La denominación "Jet lag" (retraso de reactor) no es más que la alteración de los ritmos cardíacos orgánicos, que tiene lugar sobre todo al viajar a través de husos horarios. Este desfase horario afecta normalmente los ritmos de sueño y vigilia, capacidad física, hambre y defecación.
3. Enfermedades infecciosas que no existen en sus países de origen y a los que se está expuesto en su medio natural.

Con el fin de prevenir problemas de salud y hacer del viaje una experiencia positiva, independientemente del motivo de éste, conviene tener una noción de las enfermedades más frecuentes del país o zona geográfica de destino para hacer frente a cualquier acontecimiento adverso desde el punto de vista sanitario; de esta forma los beneficios de las acciones preventivas se comparten y su impacto puede ser duradero y permanente como el de las vacunas.

### *PATOLOGÍAS DEL VIAJERO*

Sin duda, los problemas gastrointestinales son los más frecuentes en aquellos viajeros que se encuentran o vuelven de algún país, lo cual puede ser a través de la ingestión de agua no tratada

o alimentos contaminados, sobre todo en países de zonas tropicales o subtropicales; y pueden transmitirse enfermedades como: hepatitis A, cólera, fiebre tifoidea, parasitosis intestinales con su síntoma característico (la diarrea).

Dentro de las enfermedades de transmisión por vectores (mosquitos), con mayor frecuencia encontramos la malaria, enfermedad grave que puede causar fiebres altas, escalofríos con temblores, síntomas pseudo-gripales y anemias (Pérez, 2000). Es una de las enfermedades más antiguas y más comunes entre quienes viajan a regiones con los mencionados climas, entre ellas la región subsahariana de África.

El dengue también es frecuente pero menos grave que la malaria, se da principalmente en el Caribe y en el Sudeste asiático, aunque tampoco es extraño en otros países como Brasil, donde también existe pandemia de fiebre amarilla, conocida como mal de Siam o fiebre de Barbados, se transmite por la picadura de mosquito y es más frecuente en algunas regiones de África, Sudamérica y Centroamérica. La leishmaniasis es una enfermedad infecciosa más frecuente en América Central y en Sudamérica, mientras que la fiebre tifoidea se da en países del sur de Asia Central.

### *ENFERMEDADES INFECCIOSAS*

**Síndrome febril.** La fiebre puede ser un marcador de enfermedad potencialmente grave o indicar la existencia de una infección trivial y autolimitada, no pudiendo distinguirla en estadios tempranos, asimismo puede ser la única manifestación de una infección adquirida en el trópico (MSC, 2006). Lo verdaderamente importante es reconocer y atender a tiempo enfermedades graves y potencialmente transmisibles, así como las tratables. Es imprescindible recordar que la fiebre no es un síntoma exclusivo de los padecimientos infecciosos, se han descrito casos de fiebre al regreso de zonas tropicales.

**Hepatitis víricas.** Si detectamos fiebre e ictericia en el viajero, es decir coloración amarillenta de piel y mucosas debido a un aumento de la bilirrubina que se acumula en los tejidos, puede ser indicativo de afectación del tejido del hígado; la causa más frecuente en aquellos que regresan

de un viaje con estos síntomas es fundamentalmente hepatitis A en personas no vacunadas. El riesgo de adquisición de esta enfermedad es más habitual en destinos con pésimas condiciones higiénico-sanitarias. Las hepatitis B y C son también muy frecuentes y se adquieren por vía sexual o sanguínea, por ello es obligatorio descartar las hepatitis víricas.

La diarrea es la infección más común que se padece al viajar, aun no siendo vírica, es posible adquirirla al beber agua o ingerir alimentos contaminados. Los alimentos crudos, mal cocidos o en mal estado de refrigeración, ofrecen un riesgo considerable de infección gastrointestinal y, algunas veces, se puede tratar con reposo y líquidos. Si el problema continúa o se presenta fiebre alta o deshidratación, será necesario atención de salud inmediata; igualmente, si diera fiebre durante el viaje, se debe tener contacto con algún centro de salud o regresar a casa.

Otras de las enfermedades más temidas son transmitidas por contacto directo, las de mayor incidencia son las de transmisión sexual. Se cree en muchos círculos que la "cultura de playa" característica del turismo, posibilita el contacto sexual de los visitantes con la población local, de ahí la propagación de enfermedades de tipo endémico sexual, en ocasiones las víctimas son los lugareños y otras veces los turistas, quienes incluso pueden manifestar los síntomas al volver a su lugar de origen. La salud es un elemento más de relación sociocultural entre el visitante y el visitado.

### *ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL*

El turista debe tener siempre en cuenta la conducta del ocio; en la etapa de descanso cambian las demandas normales de la vida diaria, originándose por lo general problemas graves como: consumo excesivo de alcohol que origina accidentes mortales, elevación de casos de ahogamiento, uso indebido de drogas, enfermedades de transmisión sexual. Por relaciones sexuales ocasionales aumenta la epidemia de VIH debido a que existen en algunos puntos turísticos grupos que buscan interacción sexual con viajeros, formados por individuos que se desplazan de una ciudad a otra siguiendo el flujo turístico (Cabada, 2002) lo que les da la capacidad de propagar enfermedades de transmisión sexual y de diseminar epidemias.



Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son originadas por un incremento en cierto tipo de prácticas sexuales. Su continuo aumento y la pandemia del VIH tiene repercusión en personas que viajan, por ello se alertan a mantener la prevención de éstas, favoreciendo la promoción de la salud sexual y prevención del sida. Las ETS están relacionadas con el comportamiento humano, este fenómeno tiene carácter mundial, su magnitud exacta no es conocida, es identificable un ascenso del que sólo aflora una mínima parte que revela la existencia de otros problemas de índole social donde la voluntad de los hombres juega un papel fundamental.

Los viajeros son un grupo vulnerable a estas enfermedades. Debido a la comercialización del sexo, dentro de esta industria, se ha favorecido su aumento a nivel internacional (Vasallo, 2007) lo cual puede afectar la salud; la información oportuna será un soporte para la integración de un tratamiento eficaz para algunas enfermedades de transmisión sexual.

En toda relación sexual con personas desconocidas existe un alto riesgo de contagio de enfermedades de transmisión sexual. Vasallo (2007) refiere que la penetración vaginal y anal son prácticas de riesgo. También lo son los contactos boca-sexo (fellatio-cunnilingus). La presencia del virus VIH en las secreciones vaginales (flujo y menstruación), en el semen de un portador al entrar en contacto con la mucosa de la vagina, pene, ano o boca y con cualquier herida o fisura, provoca el contagio en la mayoría de los casos.

El VIH requiere una respuesta inteligente y rotunda para reducir el número de nuevas infecciones, disminuir y contener la propagación de esta epidemia mundial. La prevención se debe movilizar y ampliar a nivel mundial de manera simultánea con una dinámica de prevención y atención a portadores del VIH. Son pocos los países que han logrado disminuir su prevalencia entre la población, existiendo la amenaza de mayor número de afectados, debido a la existencia de portadores en cualquier región del mundo.

Existe una variedad de factores que limitan la protección, entre ellos se puede mencionar la falta de información, educación y servicios sobre el VIH. Los riesgos que acompañan a la experimentación y curiosidad por el sexo con otro tipo de personas, conllevan un riesgo demasiado elevado, y alta vulnerabilidad al realizarlo sin protección, máxime sin el conocimiento ni aptitudes para protegerse de alguna infección.

## *PREVENCIÓN ANTES DE VIAJAR*

La mejor manera de permanecer saludable durante un viaje es prepararse antes de partir, y tomar medidas preventivas mientras se esté viajando. La mayoría de las infecciones que pueden ser contraídas generalmente son leves, en raras ocasiones graves o incluso mortales. Por ello debe prestarse mucha atención a la profilaxis de las enfermedades infecciosas según las diversas regiones del mundo, la industria turística necesariamente tiene que aplicar medidas profilácticas para evitar cualquier posibilidad de epidemia.

**Immunización.** Ante dudas respecto a enfermedades endémicas del lugar por visitar, se debe consultar la información pertinente o visitar una clínica de salud, antes de salir de viaje. Es posible que sea necesaria una serie de vacunas previas, pero se requiere de tiempo para crear inmunidad ya que no se tiene un efecto inmediato, y es necesario un periodo considerable para que el sistema inmunitario desarrolle los niveles protectores deseables; por tanto se debe realizar con la suficiente antelación (un mes). Dependiendo del destino, puede ser necesario aun cuando ya se cuente con una vacunación de refuerzo. Dentro de las más usuales encontramos las de difteria, tétanos, tos ferina (TDAP), influenza (gripe) sarampión, parotiditis, rubéola (vacuna triple viral), polio (Ericsson, 2007). También es posible que se necesiten otras vacunas para enfermedades que normalmente no se conocen en el país de origen; de esta manera se evitan inconvenientes sanitarios a la hora de viajar, con la recomendación de prevenir a tiempo, así se evitarán riesgos altamente prevenibles.

## *PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES DE LA PIEL*

En las diversas regiones del mundo existen variedad de enfermedades que, por consiguiente, requieren medidas de prevención diferentes. Para evitar que afecten la seguridad sanitaria se deben considerar: el clima local, los insectos y parásitos, y las condiciones sanitarias.

**Mosquitos.** El riesgo de transmisión de enfermedades por picaduras existe durante todo el día. Se recomienda vestir blusas de manga larga y pantalones largos de color claro, así como aplicar repelentes de insectos en partes descubiertas. Si se viaja a regiones donde la malaria es común,

tal vez se necesite tomar medicamentos que prevengan la enfermedad antes de partir, durante el viaje, y por un periodo corto al regresar. La efectividad de estos medicamentos varía, posiblemente se necesite tomar medidas adicionales para prevenir las picaduras de insectos. El mayor riesgo de contraer malaria es desde el anochecer hasta el alba, por lo que es en esta franja horaria cuando se deben extremar las medidas de protección (Solsona, 2006). Aunque los mosquitos y otros insectos pueden transmitir infecciones, siempre se pueden aplicar medidas generales para evitarlo, como dormir en áreas protegidas. En alojamientos al aire libre no debe estar expuesta la piel. En zonas tropicales que no cuenten con aire acondicionado, donde el riesgo de malaria es alto, se aconseja impregnar picaridina al mosquitero, o carpas para utilizarlo como repelente, o bien usar de un pabellón de cama mientras se duerme. Otras medidas para ayudar a reducir las picaduras de mosquitos, es usar ropa de algodón, de colores claros, de preferencia pantalón largo y calzado cerrado particularmente al anochecer, y no usar perfumes.

**Sol.** Para evitar quemaduras o queratitis debido a la exposición a los rayos del sol, se insistirá en recomendar medidas de protección en el verano: evitar las horas de mayor insolación, beber abundante agua, usar gafas, sombrero y ropa que proteja piernas y brazos, y utilizar cremas con factor de protección superior a 15. Se debe informar también si algún medicamento produce fotosensibilidad, como los antibióticos o antipalúdicos.

### *ENFERMEDADES INFECCIOSAS*

**Seguridad con el agua y los alimentos.** Existen alimentos cuyo manejo representa un riesgo de infección. Los trastornos gastrointestinales como la diarrea del viajero son más comunes al viajar, algunas veces se puede correr riesgo de deshidratación. Es riesgoso también no consumir alimentos cocidos que se han dejado enfriar, o que no se encuentran en refrigeración, especialmente aquellas que venden en la calle, también las frutas sin cáscara que no han sido lavadas con agua limpia, verduras crudas o ensaladas, productos lácteos sin pasteurizar como la leche o el queso.

Se deben consumir líquidos enlatados o embotellados sin abrir, bebidas preparadas con agua hervida, como el té y el café, así como el agua de grifo que no ha sido tratada con suficiente

cloro o que proviene de áreas con poca higiene, ya que puede llevar algún germen causante de infección. Es mejor consumir agua, jugo, agua mineral, gaseosas, o bebidas preparadas con agua hervida, como té y café, el agua local se puede purificar hirviéndola o tratándola con productos químicos o filtros, no es recomendable el empleo de hielo en las bebidas.

La norma mundialmente segura es la limpieza frecuente de las manos con jabón y agua, o con un limpiador a base de alcohol, que puede ayudar en caso de no ser posible el lavado. También se debe evitar nadar en ríos, arroyos o lagos de agua dulce, pues éstos pueden estar contaminados con aguas residuales o excremento de animales. Por lo general, nadar en albercas tiene mayor grado de seguridad debido a que son tratadas con cloro.

**Enfermedades víricas.** Para disminuir el riesgo de adquirir algunas enfermedades, se usan vacunas y medicamentos preventivos. Sin embargo, algunas deben ser administradas con antelación para que produzcan el efecto deseado, por ello previamente se debe evaluar riesgos de los lugares por visitar. La hepatitis viral es una de las enfermedades que puede prevenirse antes de viajar. Se recomienda a los turistas inmunizarse ya que es una de las vacunas que no se encuentran incluidas dentro del programa habitual y, que según el destino del viaje pueden ser necesarias, dentro de ellas encontramos: vacunas de hepatitis A, hepatitis B, fiebre amarilla, y fiebre tifoidea.

### *CÓMO PREVENIR ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL*

El conocimiento y la información son las primeras líneas de defensa, sin embargo están lejos de ser universales. La educación sobre prevención en ciertas regiones asume muchas facetas dada la diversidad en los patrones demográficos y de desarrollo de los países. Pocas fuentes proveen información acerca del VIH/SIDA y este problema es más serio de lo que se ha reconocido, además se concentra en grupos de hombres que tienen relaciones con personas del mismo sexo, siendo esta actividad una de las principales formas de transmisión del virus (Macchi, 2008), así como tener relaciones sexuales sin protección. La única forma de evitar el contagio es usar preservativos (condón), que deben utilizarse también en los contactos boca-sexo; además no debe retirarse antes de finalizar la erección, es decir de debe sujetar por el borde para evitar que el esperma salga del preservativo; éste no puede ser reutilizado.

### *INTERVENCIONES PREVENTIVAS PARA ESTIMULAR CAMBIOS EN EL COMPORTAMIENTO SEXUAL DE RIESGO*

Los programas orientados a inducir cambios en el comportamiento suelen incluir: información básica sobre el virus; evaluación del riesgo personal y asesoría en el desarrollo de aptitudes (capacidad para negociar el uso del preservativo con las parejas sexuales, acceso a preservativos y otras medidas de prevención). Estos programas públicos de educación y sensibilización deben estar dirigidos a la población viajera, sobre todo inculcando comportamientos más seguros entre los visitantes y visitados.

**La prueba del sida.** Al tener antecedente de situación de riesgo, se debe realizar una prueba dentro de tres a seis meses de la última relación sexual. Antes de hacerse el examen clínico, es necesario recibir ayuda psicológica para afrontar sea cual fuere el resultado. Está demostrado que no implica ningún riesgo de contagio convivir con un portador de VIH, abrazarle o tomarlo de la mano, compartir un deporte, etcétera.

### *DISCUSIÓN*

La emporiatría tiene como campo de responsabilidad la salud de los viajes, su especialidad interdisciplinaria se puede considerar de competencia internacional, al responder a las necesidades del creciente número de viajeros que se desplazan a todas partes del mundo, así como para hacer del paseo una experiencia positiva. Solsona (2006) señala la conveniencia de tener una noción acerca de las enfermedades más frecuentes del país o zona geográfica de destino para hacer frente a cualquier acontecimiento adverso desde el punto de vista sanitario, sobre todo en lugares con alta incidencia de enfermedades infecciosas, ya que dentro de un mismo territorio o país existen diferentes grados de riesgo de transmisión de éstas.

Es fundamental analizar el problema de las enfermedades de transmisión sexual, para comprender las manifestaciones culturales que constituyen el ocio, prácticas vividas y disfrutadas como fruición de una cultura; esas manifestaciones de acuerdo con Gomes (2011) poseen significados singulares que se viven lúdicamente en un tiempo-espacio social. En relación con el ocio hedonístico marcado

por la búsqueda de placer, felicidad y alegría, sin considerar las posibles fuentes de contaminación de enfermedades, destaca, como un estado volcado a la ocupación del tiempo libre, el que puede asumir la connotación fuera de lo cotidiano, por ende sin preocupaciones respecto a la protección de su salud. El consumo de alcohol y drogas es reconocido como factor que limita el uso del preservativo, no importando, bajo sus efectos, carecer de éste o, posiblemente haría más difícil acordar con la pareja su uso (Cabada, 2002).

### *CONSIDERACIONES FINALES*

La propagación de enfermedades, a través de los tiempos, ha ocurrido de manera considerable, entre otras causas, por las actuales vías de comunicación (aérea, terrestre o marítima) entre países o incluso continentes. Durante un viaje se pueden presentar enfermedades que no existen en el lugar de origen de los viajantes, convirtiéndose en transportadores de tales patologías.

Actualmente, los seres humanos se trasladan a diversos lugares por trabajo o placer, sin considerar demasiado el cuidado de la salud. Sin embargo, debido al aumento de viajes a “lugares exóticos”, es probable que a su regreso se vean atacados por algún virus. Investigar acerca de la situación sanitaria sobre el lugar al que se va a viajar, así como de las enfermedades que pueden adquirirse durante un viaje, debe formar parte indispensable de las tareas a realizar antes de partir, para así convertirse en guardián de salud de la población.

En la mayoría de viajes pueden existir problemas reales o potenciales de enfermedad. La prevención de las patologías del viajero recae en considerar la zona geográfica por visitar, el tipo de viaje y el momento de realizarlo, así como evitar prácticas de riesgo, lo cual se traduce en acciones que limitan considerablemente las posibilidades de enfermar.

Para disfrutar de un viaje placentero, se debe pedir orientación profesional y contar con información suficiente y actualizada para asegurar una mayor protección de la salud, lo que redundará en el bienestar individual y general.

## REFERENCIAS

- Burgos, M.M., Parvick, K T (2011). "Atención en salud para migrantes, un desafío ético". En Revista Brasileira de Enfermagem, vol. 64, núm. 3, mayo-junio, Brasilia: Associação Brasileira de Enfermagem, pp. 587-91.
- Cabada, M. Montoya, M., Echevarría Z, J. (2002). "Conductas de riesgo en jóvenes que tienen contacto sexual con viajeros (Bicheros) en la ciudad del Cuzco – Perú". En Rev. Perú. Med. Exp. Salud Pública. [Online]. Abr-jun, vol.19, núm.2, pp.83-86. Disponible en <[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726\\_46342002000200006&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726_46342002000200006&lng=es&nrm=iso)>. ISSN 1726-4634. [Fecha de acceso: 03 mayo 2012].
- Dávila, C.M. et.al., (2009) "Control y vigilancia en fronteras. Papel de sanidad exterior durante las fases de contención de la pandemia". En Revista de Salud Pública Española Vol. 68, núm. 5, pp. 50-516. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=17015304005>. [Fecha de acceso: 21 mayo 2012].
- Auerbach Paul Stuart (2007) "Travel medicine". En Wilderness Medicine. 5a. ed., Philadelphia: Mosby Elsevier, pp. 77.
- Gomes, C. Souza R.T. (2011). "La temática del ocio según los docentes de las carreras de Turismo". En Estudios y perspectivas en Turismo, vol. 20, núm.1, pp. 127-148, Buenos Aires, Argentina.
- Macchi, ML. et al. (2008). "Conocimientos, actitudes y prácticas acerca del VIH/SIDA en jóvenes de nivel medio de Educación, del área metropolitana, Paraguay". Rev. chil. pediatr. [Online]. 2008, vol.79, núm. 2, pp. 206-217. Disponible en: <[http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0370-1062008000200012&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-1062008000200012&lng=es&nrm=iso)>. ISSN 0370-4106. doi: 10.4067/50370-41062008000200012. [Fecha de acceso:20 de mayo de 2012].
- Ministerio de Sanidad y Consumo (2008). Enfermedades infecciosas importadas por viajeros internacionales a los trópicos. Madrid, España: Fundación para la Investigación Biomédica del Hospital Universitario Ramón y Cajal.
- Pérez, C. J., Antoni, Pérez Carreas, Alina, Fuentes González, Omar (2000-2001). "Vigilancia de malaria en viajeros internacionales residentes en ciudad de La Habana". En Revista Cubana de Salud Pública [en línea]. Vol. 30 (julio-septiembre). Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=21430304>> ISSN 0864-3466. [Fecha de acceso: 27 de diciembre de 2011].

- Solsona, L, Balanzó, X. (2006). "Prevención de enfermedades del viajero; el viajero que Regresa". En Anales, vol. 29, suplemento 1, Barcelona, España.
- Vasallo, M. C. (2007) "Sexualidad. Salud sexual. Prevención del VIH-SIDA". En Revista Habanera de Ciencias Médicas [en línea]. Vol. 6. Disponible en: <http://www.redalyc.org/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=180418871014>. [Fecha de acceso: 20 de mayo de 2012].





***FICHA BIBLIOGRÁFICA:***

Gómez-Torres, D. et al. Cuidando la salud de los viajeros.  
Un encuentro con la Emporiatría.  
El Periplo Sustentable. México:  
Universidad Autónoma del Estado de México,  
julio/diciembre 2013, núm. 25  
<[http://www.uaemex.mx/plin/psus/periplo25/articulo\\_02.pdf](http://www.uaemex.mx/plin/psus/periplo25/articulo_02.pdf)>.  
[ISSN: 1870-9036].