

¿Va a viajar? Asegúrese de protegerse contra el paludismo (malaria)



¿Qué es el paludismo?

El paludismo es una enfermedad grave y a veces mortal causada por un parásito que puede infectar a cierto tipo de mosquito que se alimenta de sangre humana.

En los Estados Unidos, cada año se diagnostican cerca de 1500 casos de paludismo. La gran mayoría de los casos en este país corresponde a viajeros y a inmigrantes que regresan de lugares del mundo donde hay transmisión de paludismo, principalmente del África subsahariana y del sur de Asia.

La Organización Mundial de la Salud estima que en el 2010 hubo 216 millones de casos de paludismo y que 655 000 personas murieron por la enfermedad, en su mayoría niños en África.

¿Dónde hay paludismo?

La transmisión del paludismo ocurre en muchos países tropicales y subtropicales (vea el mapa). Los CDC tienen una lista de todos los lugares del mundo donde se transmite el paludismo y de los medicamentos que se recomiendan para cada lugar (http://www.cdc.gov/malaria/travelers/country_table/a.html).

Si va a viajar a lugares del mundo donde hay transmisión del paludismo, podría estar en riesgo de contraer esta enfermedad.



Red: Hay transmisión de paludismo en toda la zona. **Yellow:** Hay transmisión de paludismo en algunas partes. **Green:** Se desconoce si hay transmisión de paludismo.

¿Cómo contraen las personas el paludismo?

Las personas contraen paludismo por la picadura de un mosquito infectado con el parásito del paludismo.

¿Cómo puedo prevenir el paludismo?

- Tome un medicamento antipalúdico.
- Evite las picaduras de mosquitos.



Medicamentos antipalúdicos

¿Cómo y dónde puedo obtener medicamentos antipalúdicos?

Visite a su proveedor de atención médica 4 a 6 semanas antes de viajar para que le dé una receta para un medicamento antipalúdico, según su itinerario de viaje y sus antecedentes médicos.

Los medicamentos antipalúdicos se venden en los Estados Unidos solo bajo receta médica.

Algunos medicamentos antipalúdicos pueden empezar a tomarse un día antes del viaje, por lo que las personas que viajan a última hora aún pueden beneficiarse si consultan a su proveedor de atención médica antes de partir.

Obtenga sus medicamentos recetados antes de viajar y no en el lugar de destino porque comprar medicinas en el extranjero tiene sus riesgos. Los medicamentos que se compran en el lugar de destino podrían ser de mala calidad o podrían estar contaminados o ser falsificados y, por lo tanto, no lo protegerán contra el paludismo.

Todos los medicamentos pueden tener efectos secundarios. Generalmente, los efectos secundarios leves —como náuseas, vómitos ocasionales o diarrea— no requieren que se deje de tomar el medicamento antipalúdico. Si tiene efectos secundarios que lo incomodan demasiado, consulte a su proveedor de atención médica; hay otros medicamentos antipalúdicos disponibles.



Evite las picaduras de mosquitos

Los mosquitos que transmiten el paludismo pican entre las horas del atardecer y el amanecer.

- Para evitar las picaduras de mosquitos, quédese en interiores durante esas horas.
- Si va a estar afuera, póngase una camiseta de manga larga, pantalones largos y un sombrero.
- Aplique repelente de insectos solamente en la piel expuesta; no lo use debajo de la ropa.

- Si usted no va a quedarse en habitaciones bien protegidas con mosquiteros ni con aire acondicionado, tome precauciones adicionales como, por ejemplo, dormir debajo de un mosquitero para camas tratado con insecticida.

Los mosquiteros para camas que han sido rociados con el insecticida permetrina son los más eficaces. En los Estados Unidos, usted puede comprar permetrina en rociador o líquida para tratar la ropa y los mosquiteros para camas; también puede comprar mosquiteros para camas que ya hayan sido tratados con permetrina. La permetrina y otro insecticida, la deltametrina, pueden comprarse en el extranjero para tratar los mosquiteros y la ropa.

¿Qué viajeros deben tratar de prevenir el paludismo?

¡Todos los viajeros! Todas las personas, niños o adultos, que vayan a países donde hay transmisión de paludismo deben tomar precauciones para no contraer esta enfermedad. Esto incluye a turistas, personas que viajan por negocios o por largo tiempo, misioneros, personal de aerolíneas, estudiantes e inmigrantes que van a sus países de origen a visitar a amigos y familiares.

La primera y segunda generación de inmigrantes corren un riesgo muy alto de infección por paludismo porque puede que no se den cuenta de que han perdido la protección parcial que tenían contra la enfermedad. Sin embargo, ellos son vulnerables a la infección por paludismo y deben asegurarse de tomar sus medicamentos antipalúdicos y evitar las picaduras de mosquitos.

¿Qué pasa si estoy embarazada?

Contraer paludismo mientras esté embarazada puede perjudicarla a usted y a su bebé en gestación. Lo mejor es que no viaje a áreas con paludismo endémico mientras esté embarazada. Si tiene que viajar, es esencial que tome uno de los dos medicamentos antipalúdicos que son seguros durante el embarazo: la cloroquina y la mefloquina. Su proveedor de atención médica determinará cuál es el adecuado para su lugar de destino.

¿Cuáles son los síntomas y qué debo hacer si los tengo?

Entre los síntomas del paludismo figuran la fiebre y un malestar similar a la influenza (gripe) que incluye escalofríos con temblor, dolores de cabeza, dolores musculares y cansancio. También pueden aparecer náuseas, vómitos y diarrea. El paludismo puede ser mortal si no se trata de inmediato. El paludismo no tratado puede causar confusión mental, convulsiones, coma, insuficiencia renal y muerte.

Los síntomas del paludismo aparecen al menos 7 a 9 días después de contraer la infección. Es poco probable que la fiebre que aparezca en la primera semana de viaje sea paludismo; sin embargo, cualquier enfermedad debe ser evaluada rápidamente.

Es fundamental recibir tratamiento contra el paludismo de inmediato. Cualquier viajero que comience a sentirse mal y tenga fiebre o síntomas parecidos a los de la influenza durante su viaje, o hasta 1 año después de regresar, debe buscar atención médica profesional de inmediato. Dígame a su proveedor de atención médica que ha estado en un área de paludismo endémico y que se le debe hacer una prueba para determinar si tiene o no esa infección.

Para obtener más información:

Consulte el sitio web de los CDC sobre el paludismo en www.cdc.gov/malaria

Los proveedores de atención médica que necesiten ayuda con el diagnóstico o el manejo de supuestos casos de paludismo deben llamar a la línea directa de los CDC sobre el paludismo: **770-488-7788** o **855-856-4713** (sin cargo, de lunes a viernes, 9 a. m.-5 p. m., hora del este).

Para hacer consultas de emergencia después del horario de atención, llame al **770-488-7100** y solicite hablar con un médico de la Subdivisión de Paludismo de los CDC.

Prevenga el paludismo

- Tome un medicamento antipalúdico.
- Evite las picaduras de mosquitos.
- Si se enferma, busque atención médica profesional de inmediato.

Recorte esta tarjeta y llévela en su viaje. Manténgala junto a su pasaporte para que siempre tenga la información a mano.

El paludismo es una enfermedad grave y puede causar la muerte rápidamente. Tratar el paludismo de inmediato es fundamental. Si comienza a sentirse mal y tiene fiebre alta durante su viaje, o hasta 1 año después de regresar, debe buscar atención médica de inmediato.

Nombre/teléfono/correo electrónico de su médico

Países y fechas del viaje

Medicamento usado para prevenir el paludismo