

Recomendaciones para viajeros



Si consume medicamentos de manera permanente, llévelos junto con la fórmula médica.



Tenga un seguro médico y porte el documento de afiliación.



Alcaldía de Bogotá

Tenga en cuenta estos tips antes de viajar

Recomendaciones para viajeros



Debe vacunarse, como mínimo, 10 días antes si viaja a zona endémica para fiebre amarilla.



Los niños deben tener al día el esquema de vacunación, especialmente las vacunas de sarampión y rubéola.



Alcaldía de Bogotá

Tenga en cuenta estos tips antes de viajar

Recomendaciones para viajeros



Lávese las manos con agua y jabón de manera frecuente.



Siempre tome agua tratada o embotellada. Evite el hielo en las bebidas.



Lave muy bien las frutas y verduras antes de consumirlas.



Alcaldía de Bogotá

Tenga en cuenta estos tips durante el viaje

Recomendaciones para viajeros



Utilice protectores solares con factor igual o superior a 30, gafas con filtro UV y sombreros.



Para reducir el riesgo de picaduras de insectos use repelente y mosquiteros.



Evite consumir alimentos y bebidas alcohólicas en ventas ambulantes o sitios poco confiables.

Alcaldía de Bogotá

Tenga en cuenta estos tips durante el viaje

Recomendaciones para viajeros



Evite tener contacto con personas aparentemente enfermas.



Use preservativos para prevenir infecciones de transmisión sexual.



Si consume pescado revise que esté debidamente cocido.



Alcaldía de Bogotá

Tenga en cuenta estos tips durante el viaje

Recomendaciones para viajeros



Esté alerta ante la aparición de signos y síntomas de enfermedad durante las dos semanas posteriores al viaje.



No se automedique. Acuda al médico e infórmele sobre los sitios que visitó o si tuvo contacto con personas visiblemente enfermas.

Alcaldía de Bogotá

Tenga en cuenta estos tips después de viajar