

**SLAMVI**

*Sociedad Latinoamericana  
de Medicina del Viajero*

## RECOMENDACIONES PARA VIAJEROS



**FIFA WORLD CUP  
RUSSIA 2018**

**PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

# **SLAMVI**

*Sociedad Latinoamericana  
de Medicina del Viajero*

## **Equipo de Redacción: Comisión de Deportes**

**Coordinación general:** Dra. Viviana Gallego

Berberian Griselda

Marisa Fernández

Lloveras Susana

Molina Ana

Verbanaz Sergio

## **COMISION DIRECTIVA DE SLAMVI**

### **Presidente**

Dra. Susana Lloveras

### **Vicepresidente**

Dra. Tânia Chaves

### **Secretario**

Dr. Alejandro Lepetic

### **Tesorero**

Dr. Cristián Biscayart

### **1º Vocal Titular**

Dr. Alfonso Rodríguez Morales

### **1º Vocal Suplente**

Dra. Cecilia Perret

### **2º Vocal**

Dr. Sergio Verbanaz

### **Revisor de Cuentas**

Dra. Alejandra Macchi

### **Revisor de Cuentas Suplente**

Dr. Alejandro Riquez

### **Comisión de Ética**

Dr. Jessé Reis Alves

Dr. Miguel Cabada

Dr. Tomás Orduna

## Copa Mundial de Fútbol Rusia 2018

### RECOMENDACIONES PARA VIAJEROS

Rusia será el país anfitrión del evento deportivo más importante del año “la Copa Mundial de Fútbol” desde el 14 de junio hasta el 15 de julio del 2018. Es el país más grande del mundo y se extiende por casi todo el norte del supercontinente de Eurasia: ocupa el norte de Asia (1/3 del total continental) y el este de Europa –respectivamente, el 74,7 % y el 25,3 % de su territorio. Está separada del continente americano por el estrecho de Bering. Rusia cuenta con una superficie de 17 098 242 km<sup>2</sup>, y con gran variedad de ecosistemas. Su capital es la ciudad de Moscú.<sup>1</sup>



El estadio Luzhniki, en Moscú (foto), será la sede principal de la Copa Mundial, y albergará el partido inaugural, una semifinal y la gran final. Está situado en el centro del Complejo Olímpico de Moscú que es uno de los complejos polideportivos más grandes del mundo (capacidad 81.300).

Se extiende junto a la orilla del río Moscova, y está ubicado frente al hermoso parque de las Colinas del Gorrión. Allí se encuentra la Universidad Estatal de Moscú, cuyo majestuoso edificio principal cuenta con un mirador que ofrece unas vistas magníficas del estadio y sus alrededores.

En la periferia moscovita, los barrios y ciudades satélites que rodean a la capital componen la provincia de Moscú. Los visitantes pueden viajar en autobús o en tren hasta esas pequeñas ciudades rusas tan antiguas como Moscú, y disfrutar plenamente del encanto histórico.<sup>2</sup>

El Mundial de Rusia se desarrollará en 11 ciudades que contendrán 12 sedes: Ekaterimburgo, Kaliningrado, Kazán, Moscú, Nizhni Nóvgorod, Rostov del Don, San Petersburgo, Samara, Saransk, Sochi y Volgogrado, las cuales albergarán los 64 partidos de la Copa Mundial.

El Mundial se jugará en pleno verano y se estima que las temperaturas máximas oscilarán entre 20 y 30 °C.



Las ciudades del oeste, como Kaliningrado y San Petersburgo, son las más frías y con mayores precipitaciones. Allí se registran entre 18 y 20 °C durante la época en la que se jugará el Mundial.

En las sedes del sur, Sochi, Rostov del Don y Volgogrado, son las

más calurosas y puede haber máximas de hasta 30 °C.

San Petersburgo, una de las ciudades del mundo más cercanas al Círculo Polar Ártico, presenta un fenómeno atmosférico en primavera y principios del verano, “Noches blancas” que forman parte de las atracciones de la ciudad. En esta época el sol nunca está por debajo de la línea del horizonte, y durante toda la noche el cielo sigue iluminado con una luz difusa, semejante a la del atardecer.

Se celebra a lo grande la llegada del solsticio, con un festival de fuegos artificiales y comienza una época especial en la ciudad: los restaurantes están abiertos hasta la madrugada, la gente camina por las calles toda la noche, especialmente los fines de semana, hay espectáculos de folclore, ballet y ópera al aire libre, se levantan los puentes y se da oficialmente apertura a las fuentes del Palacio Peterhof.

La Copa mundial de fútbol es el evento deportivo masivo más importante de este año y los médicos debemos asesorar adecuadamente a todos los viajeros que van a concurrir a este evento.

## RECOMENDACIONES MÉDICAS PARA VIAJAR A RUSIA

La planificación del viaje incluye la consulta médica anticipada (4 -6 semanas) para evaluar el estado de salud de los viajeros, que incluya una evaluación cardiológica (de ser

necesario) y ofrecer un asesoramiento adecuado. Se deben considerar las siguientes medidas de prevención:

**1. VACUNAS:** Actualización de las vacunas rutinarias (dT o dTpa, triple viral, varicela, antigripal, HVA y HVB) según corresponda.

La vacuna de la rabia no está recomendada de rutina para este viaje, excepto para viajeros de aventura y que realicen espeleología o aquellos que visiten la región de Cáucaso por tiempo prolongado y/o participen de alguna actividad al aire libre como senderismo, acampar o andar en bicicleta.<sup>3</sup>

La vacuna de encefalitis japonesa tampoco está recomendada para viajeros que solo van a áreas urbanas; excursiones de un día y viajes cortos a los sitios turísticos habituales. Existe un bajo riesgo en las áreas marítimas del Lejano Oriente al sur de Khabarovsk y la transmisión ocurre de julio a septiembre.<sup>4</sup>

### ***SARAMPIÓN: Es importante tener presente los grandes brotes que afectan a 1 de cada 4 países europeos***

*El aumento en los casos de sarampión en 2017 incluyó grandes brotes (100 o más casos) en 15 de los 53 países de la Región. El mayor número de casos se registraron en Rumania (5562), Italia (5006) y Ucrania (4767). Estos países han experimentado una serie de desafíos en los últimos años, como la disminución de la cobertura de inmunización de rutina, la cobertura consistentemente baja entre algunos grupos marginados, interrupciones en el suministro de vacunas o sistemas de vigilancia de enfermedades de bajo rendimiento.*

*Grecia (967), Alemania (927), Serbia (702), Tayikistán (649), Francia (520), **Rusia (408)**, Bélgica (369), Reino Unido (282), Bulgaria (167), España (152) y Suiza (105) también experimentaron grandes brotes, muchos de los cuales estaban disminuyendo al cierre de 2017.*

*Se están llevando a cabo acciones específicas para detener los brotes actuales y prevenir la aparición de nuevos brotes. Esto incluye: la sensibilización de la población, inmunizar a los profesionales de la salud, abordar los desafíos en el acceso y mejorar la planificación del suministro y la logística.<sup>5</sup>*

Los viajeros deberán tener esquema de vacunación completo para la edad según el Calendario Nacional. De no contar con las 2 dosis recomendadas, la vacuna debe ser aplicada mínimo 15 días antes del viaje.

Los niños de 6 a 11 meses que viajen a áreas de circulación viral activa, deben recibir una dosis de vacuna triple viral. Esta dosis no debe ser tomada en cuenta como esquema de vacunación. Se administrarán las dosis correspondientes al Calendario Nacional de Vacunación.

***Es muy importante la vigilancia epidemiológica de la Enfermedad Febril Exantemática.***

**Si el viajero presenta fiebre y erupción cutánea durante el viaje o dentro de las tres semanas del regreso, deberá consultar inmediatamente al médico e informar el antecedente de viaje. No concurrir a lugares públicos hasta obtener el alta médica. <sup>6</sup>**

**2. DIARREA DEL VIAJERO:** Consumir agua y alimentos seguros para prevenir la diarrea del viajero.

A pesar de que las autoridades sanitarias aseguran que el agua de grifo es potable en las grandes ciudades (Moscú, San Petersburgo, Rostov-del-Don), todavía no se recomienda beberla, dado que en algunas regiones tiene altas concentraciones de hierro, silicio o manganeso por lo que no es apta para el consumo.<sup>7</sup>

Entonces se recomienda no beber agua de grifo, sino comprarla embotellada, gasificada y sin hielo. Comer comida completamente cocida y frutas peladas. Lavarse las manos y no comer en puestos callejeros o alimentos de dudosa procedencia.

Los viajeros deben evitar los productos alimenticios obtenidos fuera del sistema oficial del mercado, como las bayas silvestres, los hongos, los jugos y los productos vendidos por agricultores privados, debido a la posibilidad de contaminación por radiación del accidente nuclear de Chernobyl de 1986.

En caso de presentar diarrea aumentar la ingesta de líquidos, idealmente agua isotónica o agua mineral. Iniciar loperamida 2 comprimidos juntos la primera vez para continuar con 1 comprimido cada 4 a 6 horas, según sea la evolución de la diarrea, por un máximo de 2 días. Si la diarrea es grave (febril, que lo obliga a mantenerse en cama o disintérica) agregar azitromicina 1 gramo por una vez.

**3. ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR GARRAPATAS:** Evitar la picadura de insectos, en especial las garrapatas por el riesgo de encefalitis viral transmitida por garrapatas, utilizando la indumentaria adecuada y el uso de repelentes. Las medidas para la prevención de la picadura de garrapatas deben incluir el rociado de la ropa con DEET o permetrina. Se puede reducir el riesgo utilizando muñequeras y tobilleras impregnadas con estos productos.

Además el viajero si estuvo en las áreas de infestación debe revisar su cuerpo, prestando atención a áreas húmedas, superficies flexoras como hueco de la rodilla, ingles, axilas, nuca y zona retroauricular. Remover cualquier garrapata lo antes posible. Su remoción antes de 24/48hs reduce el riesgo de transmisión de patógenos. Para la remoción utilice pinzas y evite usar calor o agentes químicos que podrían estimular la regurgitación del acaro y facilitar la transmisión.



La encefalitis por garrapatas es una enfermedad neurológica transmitida por garrapatas infectadas por el virus de la encefalitis por garrapatas (TBEV), perteneciente a la familia Flavivirus. Hasta el momento se conocen 3 subtipos:  **europeo**, ubicado comúnmente en la región de Europa Continental y transmitido por garrapatas pertenecientes a la familia *I. ricinus*,  **siberiano y del Lejano Oriente**, presente en las regiones de Asia Siberiana y Central, cuyo vector más frecuente es la garrapata *I. persulcatus*.

El virus se mantiene en áreas discretas de bosques caducos.

Los reservorios son pequeños mamíferos como el ratón de campo, topillo común, y lirones en los que se produce una larga etapa de viremia (de 2 a 8 días) y altos títulos de virus. Es más probable que las garrapatas se infecten al alimentarse en estos hospedadores en los que el virus incluso puede hibernar con el hospedador. Otros mamíferos como el corzo, cabra y oveja también son reservorios aunque la viremia es corta y con títulos virales bajos. Las garrapatas actúan como vectores y pueden infectar al ser humano en todos los estadios de su ciclo vital, excepto en el estadio de larva. La encefalitis también se puede adquirir al ingerir productos lácteos no pasteurizados (leche y queso) de cabras, ovejas o vacas infectadas. La propagación directa de persona a persona ocurre muy raramente, a través de sangre o lactancia.

Es endémico en áreas focales de Europa y Asia. Aproximadamente 5,000-13,000 casos se reportan cada año, con grandes fluctuaciones anuales. Rusia tiene el mayor número de casos reportados con la incidencia más alta de la enfermedad en el oeste de Siberia y los Estados bálticos. Existe alto riesgo en la Región Ural (principalmente en Sverdlovsk Oblast y Perm Krai) y en la llanura oeste de Siberia (principalmente en Tyumen Oblast). El riesgo existe en la mayoría de las zonas del noroeste (incluido San Petersburgo) y en la mitad sur del país, desde el Óblast de Kaliningrado en el oeste hasta Khabarovsk Krai en el este. La mayoría de los casos ocurren de abril a noviembre, con picos a principios y finales del verano cuando las garrapatas están activas. La incidencia y la gravedad de la enfermedad son más altas en los adultos mayores de 50 años. El riesgo se relaciona con actividades al aire libre en alturas de hasta 750 m pero pueden darse casos en alturas de hasta 1.500 m.

*El riesgo general de adquirir encefalitis transmitida por garrapatas para un visitante no vacunado a un área altamente endémica durante la temporada de transmisión del virus se ha estimado en 1 caso por cada 10,000 persona-meses de exposición. El riesgo es insignificante para las personas que permanecen en áreas urbanas o sin bosques y que no consumen productos lácteos no pasteurizados.<sup>8</sup>*

**La vacuna solo está disponible en Europa.**

**Existe un riesgo urbano muy bajo en San Petersburgo, Kaliningrado y Saransk, con cierto riesgo en los suburbios boscosos; no existe riesgo en Moscú o en los suburbios.**

**La vacunación no se recomienda para viajeros típicos de la Copa del Mundo.**

**4. ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL:** Prevención de enfermedades de transmisión sexual (relacionado con el comportamiento) y consumo de drogas. Promover durante la consulta el uso de preservativos, sexo y conductas responsables. Evitar cortopunzantes (tatuajes y piercing) u otras exposiciones a fluidos corporales.

El comité organizador de Rusia 2018 anunció que permitirá la entrada de todo tipo de fármacos al territorio ruso, siempre y cuando sea con receta médica. Para obtener una lista de elementos regulados (en ruso), consulte <http://docs.cntd.ru/document/901711867>.

**5. TUBERCULOSIS:** Alertar sobre tuberculosis (bajo riesgo en Rusia y mayor riesgo en países Bálticos y multirresistencia).<sup>3</sup> Se sugiere reforzar las medidas de aislamiento de secreciones respiratorias y alentar a la consulta médica de todo viajero con síntomas de enfermedad respiratoria.

**6. ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL CALOR:** Prevención de las mismas: educar sobre vestimenta adecuada, protector solar con FPS acorde a la edad, exposición y tipo de piel, e hidratación suficiente.

El mundial abarcara la transición entre el fin de la primavera y el comienzo del verano ruso (21 de junio).

El clima será bastante agradable, aunque en ciertos días el calor puede ser agobiante debido a la humedad. Con temperaturas mínimas de 10°C y máximas de 30°C promedio.<sup>10</sup>

**7. EXPOSICIÓN A GÉRMENES:** Reducir la exposición a gérmenes: Las personas que están enfermas no deberían viajar. Incentive a los viajeros a practicar la higiene de manos y estornudar en un pañuelo de papel o en la manga.<sup>3</sup>

**8. BOTIQUÍN Y SEGURO DEL VIAJERO:** Asesorar acerca del botiquín de viaje y la necesidad de contar con medicación habitual y el seguro médico.

**9. SEGURIDAD PERSONAL:** Promoverla en los diversos ámbitos: hospedaje, equipaje, transporte, comunicación, etc.

**10. SÍNTOMAS AL REGRESO:** Recuérdele al viajero que la presencia de síntomas o signos de enfermedad dentro de los 6 meses de retornar del viaje amerita una consulta médica, en lo posible con un especialista en Medicina del Viajero, haciendo referencia al viaje y los detalles necesarios para arribar al diagnóstico.



## **CONCLUSIONES**

- ✓ **La consulta médica previa al viaje permitirá dar las medidas preventivas adecuadas e indicar las vacunas necesarias con tiempo suficiente**
  
- ✓ **Actualizar el carnet de vacunas rutinarias** (sarampión, paperas, rubéola; tétanos, difteria y pertusis; varicela; polio; gripe)
  
- ✓ **Dado el riesgo de sarampión, los viajeros que no cuenten con el esquema completo, deberán recibir la vacuna mínimo 15 días antes del viaje**
  
- ✓ La vacuna de fiebre amarilla no está recomendada para este viaje
  
- ✓ Las vacunas de hepatitis A y B están recomendadas
  
- ✓ El riesgo de enfermedades de transmisión respiratoria (meningococo, gripe, neumococo) en este evento masivo, justifica la administración de estas vacunas según corresponda
  
- ✓ **Para evitar la diarrea del viajero se aconseja: NO consumir agua de grifo** (bebida, hielo, verduras crudas, frutas sin pelar), **comer alimentos cocidos y de procedencia segura. Recordar el lavado de manos y el uso de alcohol en gel**
  
- ✓ **El riesgo de encefalitis viral transmitida por garrapatas es insignificante para las personas que permanecen en áreas urbanas o sin bosques y que no consumen productos lácteos no pasteurizados. La vacunación no se recomienda para este evento.** Para los que visiten los suburbios boscosos de San Petersburgo, Kaliningrado y Saransk se recomienda evitar la picadura de garrapatas utilizando indumentaria adecuada y repelente
  
- ✓ **Recordar el uso adecuado del preservativo ante todo contacto sexual, evitar el consumo de drogas y procedimientos cortopunzantes para evitar la transmisión de VIH, hepatitis B y C**
  
- ✓ **Ante la mordedura de un animal, lavar con agua y jabón la herida y dirigirse al centro asistencial más próximo para recibir profilaxis post-exposición**

- ✓ El protector solar y la hidratación adecuada deberán ser tenidos en cuenta por la temperatura y la humedad estimadas durante el verano ruso
- ✓ Se aconseja respetar las normas de **seguridad** para evitar accidentes de tránsito y delitos prevenibles
- ✓ Realizar **consulta médica precoz** ante la aparición de cualquier síntoma de enfermedad durante o luego del viaje

## BIBLIOGRAFÍA

1. Geografía de Rusia. [https://es.wikipedia.org/wiki/Geograf%C3%ADa\\_de\\_Rusia](https://es.wikipedia.org/wiki/Geograf%C3%ADa_de_Rusia)
2. Copa mundial de la FIFA Rusia 2018 <sup>TM</sup>  
<http://es.fifa.com/worldcup/destination/cities/city=1559/index.html>
3. Health Information for Travelers to Russia Clinician View  
[https://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/clinician/none/russia?s\\_cid=nceqid-dgmq-travel-single-002](https://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/clinician/none/russia?s_cid=nceqid-dgmq-travel-single-002)
4. CDC. Chapter 3. Japanese Encephalitis.  
<https://wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2018/infectious-diseases-related-to-travel/japanese-encephalitis#5200>
5. World Health Organization, Regional Office for Europe. Press Release: Europe observes a 4-fold increase in measles cases in 2017 compared to previous year. Copenhagen. 19 febrero 2018. Disponible en inglés en: <http://bit.ly/2ETCTnd>
6. Ministerio de Salud. Alerta de sarampión. Situación de Sarampión en América, riesgo de reintroducción en Argentina.  
[http://www.msal.gob.ar/images/stories/epidemiologia/alertas-2018/2008-3-alerta\\_situacion\\_sarampion\\_america\\_marzo\\_2018.pdf](http://www.msal.gob.ar/images/stories/epidemiologia/alertas-2018/2008-3-alerta_situacion_sarampion_america_marzo_2018.pdf)
7. Russia Beyond. ¿ Es seguro beber agua de grifo en Rusia?.  
<https://es.rbth.com/estilo-de-vida/79444-beber-agua-grifo-rusia>
8. CDC. Chapter 3. Tickborne Encephalitis.  
<https://wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2018/infectious-diseases-related-to-travel/tickborne-encephalitis>

9. <http://www.ahoranoticias.cl/noticias/deportes/217528-autoridades-permitiran-entrada-de-drogas-al-mundial-de-rusia-2018-siempre-que-sea-con-prescripcion-medica.html>

10. Categoría: El clima en el mundial 2018.

<https://rusia2018dotinfo.wordpress.com/category/el-clima-en-el-mundial-2018/>