Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Viajes internacionales. ¿Me tengo que vacunar?

Ante un viaje internacional es muy importante, en primer lugar, asegurarnos de que nuestro hijo tiene todas las dosis de vacunas correspondientes a su edad. Para ello hay que contactar con el pediatra. Él o ella comprobará que el niño o la niña está correctamente vacunado para su edad. Si le hace falta, le aplicará las pautas de vacunación acelerada recomendadas por el Comité Asesor de Vacunas de la *Asociación Española de Pediatría*.

Pero hay otras vacunas que pueden ser necesarias, según el destino. Como con las vacunas del calendario, siempre se tendrán en cuenta las dosis anteriores recibidas. Se trata de completar el número de dosis adecuadas en el mínimo tiempo posible antes del viaje, manteniendo la separación necesaria entre las dosis.

Es necesario acudir a un *Centro de Vacunación Internacional* (Centros de Sanidad Exterior). Allí se pueden poner las vacunas necesarias. Debe hacerse con antelación suficiente, a fin de que haya tiempo para administrar el mayor número de dosis posibles de las vacunas correspondientes. Así nos aseguraremos el inicio del efecto protector antes de la llegada al destino.

Fiebre amarilla

Es una fiebre hemorrágica producida por un virus. Se trasmite por la picadura de un mosquito que se llama *Aedes aegypti*. Puede ser fatal, ya que no hay tratamiento para ella.

Es una enfermedad endémica durante todo el año en áreas, sobre todo rurales, de países subsaharianos de África y en América del Sur. Se exige el ***Certificado Internacional de Vacunación de la Fiebre Amarilla*** en algunos de estos países para autorizar la entrada. La vacuna de la fiebre amarilla se puede administrar a partir de los nueve meses de edad. Solo hace falta una única dosis. Pero debe ser administrada al menos 10 días antes del viaje. Entre los 6 y 9 meses se podría poner, aunque el médico valorará el riesgo/beneficio, ya que los niños son más susceptibles a esta edad de sufrir un efecto secundario importante.

Meningitis meningocócica

En nuestro país se vacuna frente al meningococo C dentro del calendario vacunal. Pero si el niño va a viajar al denominado "*cinturón de la meningitis en África*", a La Meca, o a algún área/país con brote en el momento del viaje, hará falta la administración de la vacuna cuadrivalente conjugada frente a los serotipos A, C, W e Y. En el caso de un viaje a La Meca en la época de la peregrinación, es obligatorio el certificado vacunal.

Existen dos vacunas en nuestro país. Cualquiera de ellas debe administrarse al menos 15 días antes del viaje; una de ellas (*Nimenrix*®) puede ser administrada a partir de las 6 semanas de vida. La otra (*Menveo*®), a partir de los

dos años. Ambas se administran por vía IM y el nº de dosis necesarias dependen de la edad de inicio de la vacunación.

En cuanto a la vacuna frente al meningococo B (*Bexsero*®, *Trumemba*®) no existe actualmente ninguna indicación específica de vacunación para la realización de ningún viaje.

Hepatitis A

Es una enfermedad existente en todo el mundo. La causa un virus y se transmite de persona a persona y por tomar alimentos o bebidas contaminadas. Es más habitual en países o zonas con malas condiciones sanitarias y donde la seguridad del agua de bebida no está bien controlada.

Hay una vacuna muy efectiva. También hay vacunas combinadas frente a hepatitis A y B (HA-HB). La vacuna frente a la hepatitis A se puede poner a partir del año de edad. Protege a partir de las 2-4 semanas de su administración. Por ello, debe ser administrada preferiblemente al menos dos semanas antes del viaje. Aunque es muy efectiva se ponen dos dosis, separadas entre ellas 6 meses, para que la protección sea para toda la vida. Aunque tras la 1ª dosis la protección dura al menos un año.

En niños menores de un año se puede administrar inmunoglobulina antiHA, aunque sólo confiere protección durante 2-5 meses.

Fiebre tifoidea

Es producida por una bacteria. Se transmite por el agua y los alimentos contaminados. En los países en vías de desarrollo es una enfermedad frecuente (África, Centro y Sudamérica, Oriente Medio y Sudeste Asiático). La vacunación se recomienda en viajes a dichas zonas, si las condiciones higiénico-sanitarias pueden ser difíciles, o en estancias largas de más de un mes.

Hay dos vacunas diferentes:

- ***Vacuna oral*** (*Vivotif*®): en niños a partir de 3 años de edad, aunque en la práctica es difícil administrarla antes de los 6 años. Son cápsulas que deben mantenerse en nevera. Se administra en ayunas y con líquidos fríos. Se toma una cápsula diaria, en días alternos, hasta un total de tres dosis. Si alguna de las dosis se retrasa y han trascurrido menos de 3 semanas entre dosis, entonces puede continuarse. Pero si han trascurrido más de 3 semanas debe reiniciarse la vacunación. La vacuna es eficaz a partir de los 7 días de completar la pauta. Y dura de 3 a 5 años. No se debe tomar junto con antibióticos (excepción a cualquier otra vacuna, con las que no hay problema en administrarlas, aunque se esté siguiendo un tratamiento antibiótico). Estos no deben ser administrados desde 72 horas antes hasta 3 días después.

- ***Vacuna parenteral*** (*Typhim Vi*®): en niños a partir de 2 años. Una dosis IM. Inicia su protección 7 días tras su administración, y dura 2-3 años.

Cólera

Es una infección bacteriana intestinal aguda trasmitida por agua y alimentos contaminados. Las zonas endémicas son principalmente África, Centro y Sudamérica y Sudeste Asiático. El riesgo para el niño viajero es muy bajo.

Podría valorarse en hijos de cooperantes/personal en ayuda humanitaria. La obligatoriedad de la vacunación para el tránsito internacional de viajeros ha sido suprimida. No obstante, algunas autoridades locales pueden exigirla.

En nuestro país hay vacunas orales (Dukoral®, VAXCHORA). Se presenta en suspensión con un granulado efervescente que debe disolverse todo en un vaso de agua fría (aproximadamente en 150 ml de agua). Se ingiere al menos una hora antes de cualquier alimento o medicamento y no se debe tomar tampoco ningún alimento hasta una hora después. Son 3 dosis para niños entre 2 y 6 años y dos dosis para mayores de 6 años. Con un intervalo de una semana entre ellas. Si han trascurrido más de 6 semanas entre dos dosis se debe reiniciar la pauta. La protección comienza a los 8 días de completar la vacunación. Si el niño sigue en zona de riesgo, precisa una dosis de recuerdo a los 2 años si es mayor de 6 años y a los 6 meses si tiene entre 2 y 6 años.

Esta vacuna no es muy eficaz, ni tampoco es demasiado duradera. Pero protege de manera parcial frente a otros tipos de diarreas del viajero. Más importante que la vacunación es tener muy en cuenta las recomendaciones de beber sólo agua embotellada, no comer alimentos crudos o poco cocinados (especialmente pescado y mariscos) y mantener una buena higiene de las manos.

Gripe

Los niños con factores de riesgo que no fueron vacunados frente a la gripe en España, o, si habiendo sido vacunados, el virus gripal esperado en el hemisferio sur o la zona tropical que van a visitar ha mutado, tienen que vacunarse de nuevo con las nuevas cepas recomendadas. Hay que vacunarse en cualquier época si el viaje es a zonas tropicales o entre abril y septiembre si es al hemisferio sur.

Rabia

La rabia es una enfermedad mortal. Los viajeros deben evitar el contacto con animales vagabundos. Se recomienda la vacunación en viajes a zonas rurales de alta endemia. También si se hacen actividades especiales, como visita a zonas selváticas o a cuevas. Si en el área de destino el acceso sanitario está a más de 24 horas, igualmente, pues la vacuna está disponible en los principales centros urbanos de la mayoría de países en desarrollo y la vacunación se puede hacer también tras la exposición. Se ponen tres dosis IM los días 0, 7 y 21 o 28 a niños sin ningún límite de edad, dada la gravedad de la enfermedad. La protección se inicia a los 30 días y se prolonga 2-3 años.

Encefalitis centroeuropea

Es una enfermedad vírica del sistema nervioso central. Se transmite por la picadura de una garrapata en bosques, campos o pastos, o por tomar leche no pasteurizada contaminada. La mayor parte de los casos son entre mayo y noviembre. En Europa Central y del Este y algunas zonas de Asia. Se recomienda vacunar si la estancia va a ser en zonas rurales o boscosas, o se van a hacer excursiones a dichas zonas. Está incluida en los calendarios de vacunación de algunos países de riesgo.

En nuestro país hay dos preparados, que se consiguen como medicamentos extranjeros: *Encepur*® y *FSME-Immun* ®. Ambas son para niños con más de un año de edad. Se deben poner dos dosis IM separadas 4-12 semanas (la 2ª dosis, dos semanas antes de salir de viaje), y una 3ª dosis 5-12 meses después de la 2ª. Con esto se logra inmunidad durante tres años. En caso de consultar poco tiempo antes del viaje, existen pautas aceleradas (0-14

días-5 a 12 meses, o incluso 0-7-21 días-12 a 18 meses).

Además de la vacuna es importante llevar ropa adecuada (pantalón largo) y usar repelentes. Hay que mirar todos los días la piel, buscando garrapatas.

Encefalitis japonesa

Es una enfermedad vírica del sistema nervioso central. Se trasmite por la picadura de mosquitos. Es muy frecuente en zonas de arrozales de toda Asia, incluyendo este de Rusia, Japón, China, India, Pakistán y Sudeste Asiático. Hay que vacunar a los niños viajeros que van a pasar mucho tiempo al aire libre (campistas, senderistas) en zonas rurales de los países de riesgo. Sobre todo, si el viaje coincide con la época de los monzones (entre junio y octubre aproximadamente). Hay una vacuna, *Ixiaro*®. Se administra por vía IM a partir de los dos meses de edad. Son dos dosis separadas 4 semanas. La 2ª dosis debe ser una semana antes de la partida. Y una 3ª dosis de recuerdo al año si aún hay riesgo de exposición.

Información de interés

- Consejos Sanitarios para el Viajero Internacional (pdf)
- La salud también viaja: Consejos y normas sanitarias para viajeros internacionales (folleto informativo)
- Centros de Vacunación Internacional: Solicitud de cita y Autogeneración de consejos sanitarios
- *Familia y Salud*: Diarrea del viajero
- Puedes consultar el calendario de cualquier lugar del mundo en la web de la *Organización Mundial de la Salud*.

Fecha de publicación: 18-06-2014

Última fecha de actualización: 08-10-18

Autor/es:

- Carmen Rodríguez Campos. Pediatra. Centro de Salud “El Alisal”. Santander

CC BY NC ND