

Consejos de salud durante su viaje



AGUA



Beber agua tratada o embotellada



ALIMENTACIÓN



Comer alimentos cocinados y frutas que puedas pelar



Evitar comer alimentos crudos y tomar leche fresca



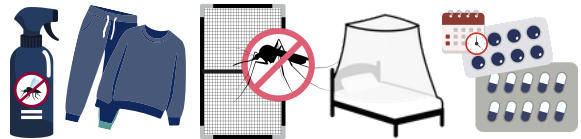
BAÑOS EN AGUAS DULCES



Evitar bañarse en aguas dulces, por ejemplo, ríos, lagos, lagunas o charcas



MOSQUITOS Y PALUDISMO



Evitar exponerse a los mosquitos al amanecer y al atardecer



PARA PREVENIR LA RABIA



NO acercarse a animales desconocidos, no tocarlos ni acariciarlos



EN CASO DE MORDEDURA O ARAÑAZO



Lavarse inmediatamente con agua y jabón, acudir sin demora a un centro de salud y seguir el tratamiento



EN CASO DE FIEBRE A SU REGRESO



En caso de fiebre, escalofríos, dolor de cabeza y/o muscular, acudir sin demora a un centro de salud

Dudas y/o cuestiones: 973 03 22 86 (Centre de Vacunacions Internacionals de Lleida)

ics.gencat.cat



Institut Català de la Salut
Atenció Primària



Generalitat
de Catalunya