



VACACIONES RESPONSABLES



S.A.D.I.

SOCIEDAD ARGENTINA
DE INFECTOLOGÍA



Se acerca el verano y con él llegan para muchos las ansiadas vacaciones. Una parte importante de la población en nuestro país planificará viajar durante los próximos meses, para visitar familiares o con fines de ocio, siendo que durante el mes de diciembre se habilitaron las actividades turísticas en gran parte del país, y se autorizaron los viajes al exterior.

En la situación epidemiológica mundial actual, cualquier viaje plantea riesgos de contraer o transmitir COVID-19, pero existen numerosas medidas y precauciones que podemos tomar para minimizar este riesgo:

Que preguntas debemos hacernos antes de planificar el viaje?

- *Existe transmisión de COVID-19 en tu ciudad o en alguno de los lugares que vas a visitar?*

Se debe tener en cuenta que ésta situación es muy dinámica y puede cambiar semana a semana, y es importante tener la opción de re pensar el viaje o posponerlo en caso de ser necesario.

- *Existe algún requisito del destino en cuanto a autorizaciones, testeo u declaraciones juradas que deba presentar al momento de viajar?*

Se deben consultar las páginas oficiales de embajadas, municipios o provincias para asesorarse y evitar problemas para el ingreso (por ejemplo testeos o aislamiento obligatorio).

- *Algún miembro de la familia está enfermo, tiene síntomas de COVID-19 o han estado en contacto con alguna persona que padece COVID-19 en los últimos 14 días?*

Si este es el caso no es prudente viajar dado el riesgo de transmisión de enfermedad durante el viaje; además en este caso es importante realizar la consulta médica en forma inmediata para el análisis de la situación.



- ***Algún miembro de la familia presenta Factores de Riesgo para desarrollar enfermedad grave por COVID?***

Algunas enfermedades (Diabetes, cáncer, enfermedades renales, cardíacas o pulmonares, obesidad o alteraciones de la inmunidad entre otras), así como la edad avanzada (más de 60 años), aumentan significativamente el riesgo de padecer una forma grave de COVID-19. En este caso debería aplazarse cualquier viaje. De igual manera, se debería considerar posponer cualquier visita a familiares o amigos que tengan cualquiera de estos Factores de Riesgo.

Recomendaciones a la hora de elegir el destino:

- Planificar el viaje restringiendo en lo posible al grupo familiar.
- Limitar las actividades sociales las 2 semanas previas para minimizar el riesgo de contagio de COVID-19, la eventual aparición de síntomas durante el viaje, así como la transmisión a terceros en el destino.
- Elegir destinos poco concurridos de ser posible.
- Evitar de ser posible el uso de transportes aéreos o terrestres de larga distancia; evitar viajar en horas o días pico.
- Chequear la complejidad y disponibilidad de servicios de atención sanitaria en el lugar elegido.
- Preferir alojamientos solo para el grupo familiar, o con pocas zonas compartidas, y de ser posible, llevar comida y bebida propia.
- En cuanto al uso de piscinas, si bien no existe evidencia de transmisión del virus en ámbitos acuáticos adecuadamente clorados, se deben respetar las recomendaciones de distanciamiento de al menos 2 metros dentro y fuera del agua, higiene de manos luego de tocar superficies comunes, y uso de tapabocas fuera del agua, por ejemplo en zonas comunes de reposeras o bares; si el clima lo permite, utilizar las instalaciones en horarios poco concurridos y compartiendo los espacios solo con el grupo familiar.



En caso de viajar a alojamientos como hoteles:

- Evitar las zonas compartidas en los horarios de mayor concurrencia
- No permanecer en áreas que se encuentran muy concurridas, o espacios cerrados o poco ventilados.
- No participar de reuniones sociales, fiestas o eventos masivos.
- Elegir realizar todas las actividades al aire libre.
- Mantener siempre la distancia de 2 metros o más entre los grupos, aún estando al aire libre.
- Mantener el tapabocas colocado siempre que no podamos mantener la distancia, o cuando estamos en el interior.
- Si se debe compartir espacio para desayuno o comidas, intentar hacerlo en horarios de baja concurrencia y respetando el distanciamiento. Lavarse las manos antes y después de comer.
- Limitar al máximo el contacto con superficies comunes como baños, ascensores, pasamanos, paneles táctiles, etc; higienizarse las manos inmediatamente luego del contacto; son útiles los sanitizantes o alcoholes en gel para estos casos.
- En caso de presentar fiebre u otros síntomas respiratorios, permanecer en la habitación, dar aviso al alojamiento y solicitar asistencia médica inmediata.

Recomendaciones al regreso:

- Limitar las actividades sociales y contacto con personas que no compartieron el viaje durante los 14 días siguientes al regreso.
- Cumplir las recomendaciones jurisdiccionales de aislamiento o restricción de la circulación en caso de ser necesario.
- Permanecer alertas ante la aparición de síntomas como fiebre, tos o dolor de garganta, y realizar la consulta médica inmediata aclarando lugar de destino, fecha de regreso y contactos cercanos.
- Si hay algún conviviente con alguno de Factores de Riesgo mencionados anteriormente que no viajó, se debe mantener el aislamiento durante 14 días posteriores al regreso, de ser posible en otro domicilio, o garantizando habitaciones separadas y evitando el uso de ambientes comunes.