







Estimadas familias,

¡Manténganse seguros y saludables este verano! A continuación les ofrecemos algunas formas sencillas de proteger la salud de su familia mientras estén en la ciudad de Nueva York y de viaje. Es posible que los viajeros deban tomar precauciones adicionales debido al mayor riesgo de algunas infecciones. Por ejemplo, hay brotes de sarampión en algunas partes de Asia, Oriente Medio, Europa y África y hay un gran brote de dengue en el Caribe y América Central y del Sur. Siga leyendo para protegerse contra éstas y otras infecciones:

| Consejos de seguridad para el verano y para viajar | |
|---|---|
|  | <p>Protéjase contra las infecciones causadas por las picaduras de garrapatas, mosquitos y otros insectos. Las garrapatas son comunes en las zonas de maleza o arboladas de EE.UU. y pueden transmitir enfermedades como la anaplasmosis y la enfermedad de Lyme. Los mosquitos pueden propagar enfermedades como el virus del Nilo Occidental en EE.UU. y la malaria y el virus del dengue fuera de EE.UU. Utilice repelente de insectos con DEET, picaridina, IR3535 o aceite de eucalipto limón. Trate el equipo con permetrina y lleve camisas de manga larga, pantalones largos, zapatos cerrados y sombreros. Los viajeros deben utilizar una mosquitera mientras duermen en una zona con malaria, dengue u otras enfermedades transmitidas por mosquitos si no hay mosquiteras en las ventanas.</p> |
|  | <p>Cuide la salud de los niños cuando están dentro del agua. No nade ni juegue dentro del agua si tiene o ha tenido diarrea en las últimas dos semanas. Recuérdeles a los niños que no deben tragar agua y llévelos al baño con frecuencia.</p> |
|  | <p>Manténgase seguro con los animales. No acaricie ni alimente a los animales salvajes. Pida permiso a su dueño para acariciar a cualquier perro o gato.</p> |
| Consejos adicionales para viajes internacionales | |
|  | <p>Lea el portal de información rápida sobre salud para viajeros antes de viajar. Visite gten.travel/trhip/trhip para obtener consejos de salud personalizados para viajeros.</p> |
|  | <p>Visite a su proveedor de atención de salud al menos cuatro semanas antes de viajar. Pregúntele por los medicamentos o vacunas que pueda necesitar. Por ejemplo, si va a un país donde haya malaria, fiebre tifoidea o hepatitis A, su proveedor puede darle medicamentos o vacunas para evitar que se enferme. Asegúrese de que usted y sus hijos están al día con las vacunas de rutina. Para más información sobre las vacunas infantiles, visite bit.ly/kids-immunizations. Los bebés de 6 a 11 meses deben recibir una dosis temprana y adicional de la vacuna contra el sarampión antes de viajar.</p> |
|  | <p>Evite contraer enfermedades por diarrea. Beba agua embotellada o desinfecte el agua hirviéndola durante al menos un minuto. Evite comer frutas o verduras crudas que no se puedan pelar. Asegúrese de que la carne está totalmente cocinada y se sirva caliente.</p> |

Atentamente,



Celia Quinn, MD, MPH
Comisionada adjunta

División de Control de Enfermedades