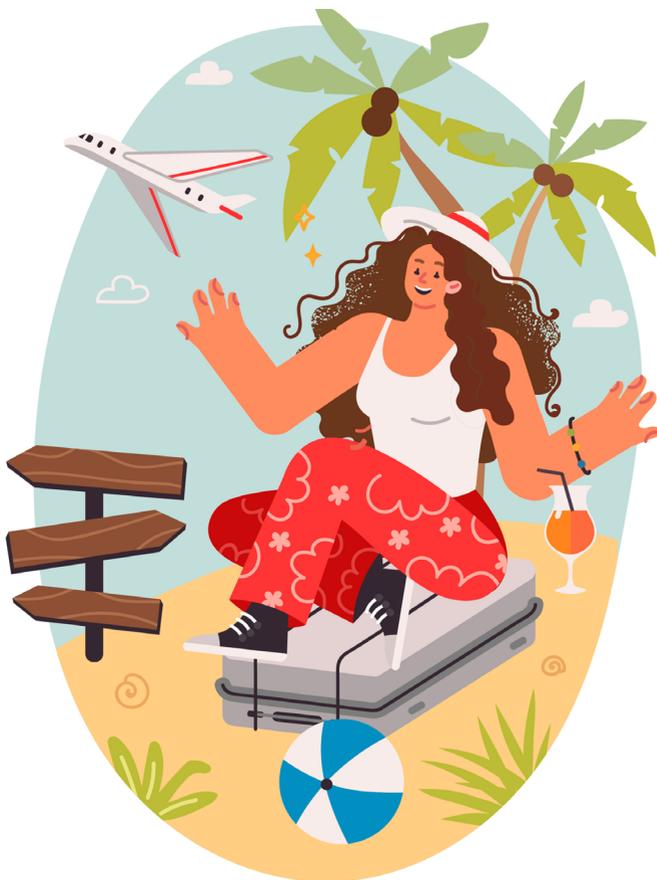


¿Quieres viajar?

Diez claves a tener en cuenta si tienes VIH

#1 Recomendaciones básicas



Una persona con VIH que va a viajar tiene que seguir las mismas recomendaciones básicas que la población general.

#2 Planifica el viaje con antelación

Entre 6 semanas y 3 meses, especialmente si vas a un lugar exótico o de recursos limitados. **Cuéntale el viaje a tu médico y pídele asesoramiento.** Algunos antirretrovirales podrían interactuar con los medicamentos utilizados para prevenir enfermedades en determinados países.

#3 Si tienes debilitado el sistema de defensas

Considera retrasar el viaje hasta que mejore tu situación, ya que tienes más riesgo de adquirir enfermedades graves.

#4 Si acabas de recibir el diagnóstico de VIH

Si acabas de recibir el diagnóstico de VIH y has empezado a tomar el tratamiento, **se recomienda retrasar tu viaje entre 3 y 6 meses hasta comprobar la tolerancia y tu respuesta al antirretroviral,** y hasta que se establezca la situación inmunitaria.

ERESVIHDA

www.eresvihda.es

RESPONSABILIDAD

La información contenida en esta guía no pretende sustituir la recibida del médico.

Las decisiones sobre tratamiento siempre deberían tomarse tras consultar con un especialista en la infección por el VIH.

#5 Lleva en tu equipaje el tratamiento



Es importante que **no olvides el tratamiento cuando vayas a viajar**. Lleva en el equipaje de mano toda la medicación que necesites y un poco más, para evitar contratiempos. Y siempre en su caja original y con el prospecto correspondiente.

#6 Lleva un certificado de tu tratamiento



Es muy recomendable que, al viajar, lleves encima un **documento que explique la necesidad que tienes de tomar el tratamiento**, con el nombre de la medicación y tus datos. No hace falta que especifique que tienes VIH. Puedes pedir este certificado a tu especialista.

#7 No dejes el tratamiento



Continúa con el tratamiento a pesar de los posibles cambios horarios en viajes de larga duración. **Habla con tu médico o farmacéutico para planificar las tomas.**

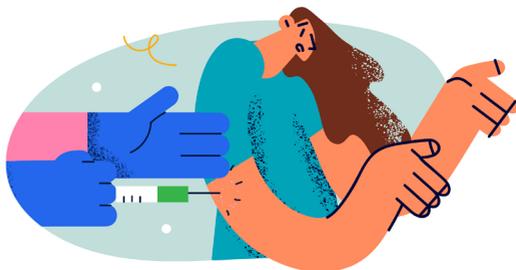
#8 Restricciones

¡Ojo! Debes saber que **algunos países siguen restringiendo la entrada a las personas con el VIH.**

#9 Infórmate

Llama a la embajada o al consulado de destino para saber los requisitos en el país al que viajas. Podrás encontrar más información sobre restricciones de viaje en el siguiente enlace: <http://hivtravel.org>

#10 Ten en cuenta las vacunas



Es recomendable que te vacunes frente a determinadas enfermedades que tienen un mayor riesgo de complicaciones graves en las personas con VIH. Habla con tu especialista para analizar tu caso, el destino y las obligaciones de vacunación. Y, sobre todo, ¡disfruta!

REFERENCIAS

• <https://www.sanidad.gob.es/areas/sanidadExterior/laSaludTambienViaja/consejosSanitarios/docs/CAPITULO-9.pdf>