



Hospital Universitari Quirón Dexeus  
C/ Anglí, 31, 2ª planta  
08017 Barcelona  
Tel.: 93 205 57 57  
[www.pediatriadexeus.com](http://www.pediatriadexeus.com)  
[info@paidodex.com](mailto:info@paidodex.com)

Urgències pediàtriques 24 h.  
C/ Sabino de Arana, 5-19

## ELS NENS TAMBÉ VIATGEN

Fulls d'Informació Sanitària (FIS)

### **Consells generals**

- . El nen ha d'anar identificat (si cal cosint les seves dades a la roba)
- . Cal revisar l'assegurança mèdica que inclogui evacuació en cas necessari
- . Tenir localitzats els centres mèdics propers a l'àrea que es visita
  
- . La causa més freqüent de mort en el nen que viatja és l'accident de cotxe: recordar que els nens s'han de fixar amb els sistemes de retenció corresponents i cinturons de seguretat.
- . Si viatgen en moto no oblidar el casc
  
- . En viatges en avió no fer seure al nen al costat del passadís per risc de caiguda d'equipatge.
- . Es aconsellable que en l'enlairament i aterratge el nen empassi (lactància materna, biberó, xiclet en nens més grans...)
  
- . Recordar al nen que no ha de tocar cap animal i que en cas que ho faci, sobretot si el mossega o llepa, ho ha de dir immediatament als pares
  
- . Hem de protegir-los del sol amb protectors d'alt factor, gorra i ulleres de sol
  
- . En viatges que suposin grans alçades (més de 2000 metres) vigilar l'aparició de símptomes com malestar general, mal de cap, nàusees, fatiga... i en cas d'aparició consultar amb un metge
  
- . En cas de mareig per moviment (cinetosis) consultar al seu pediatre quin fàrmac li pot donar al seu fill per mitigar aquests símptomes
  
- . Fer cas de les prohibicions i recomanacions de cada país

### **Consells per viatges a països amb risc de transmissió de malalties infeccioses**

- . Fer una consulta a un Centre de Vacunació Internacional  
**<http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm#BARCELONA>**
- . Evitar menjar de paradetes ambulants
- . Beure aigua d'ampolla, vigilar amb els glaçons
- . No menjar fruita pelada i exposada
- . En cas de diarrea iniciar el més aviat possible la rehidratació amb suero oral
- . Sol·licitar al seu pediatre quin fàrmac podria donar l nen en cas de diarrees
- . Us de repel·lents d'insectes segons les recomanacions del pediatre en funció de l'edat del nen
- . Us de mosquiteres
- . Sol·licitar habitacions amb aire condicionat
- . Evitar sandàlies i no anar descalç
- . No banyar-se en aigües estancades
- . No deixar roba assecant-se al terra

FARMACIOLA PER ANAR DE VIATGE AMB NENS	
Termòmetre	
Protector solar	
Mosquitera	
Repel·lent per a insectes *	
Tovallotes humides, productes per a netejar les mans	
Solució de rehidratació *	
Productes per a ferides: iode, gasses, esparadraps	
Medicaments prescrits pel metge	Antipalúdics Antitèrmic habitual Fàrmac antimareig * Antibiòtic: azitromicina * Antihistamínics* Considerar adrenalina pre carregada en cas de reaccions al·lèrgiques greus a picadures * Pomada antibiòtica *

\*Consulti amb el seu pediatre

**RECORDI QUE ELS MEDICAMENTS I REPELENTS D'INSECTES HAN D'ESTAR FORA DE L'ABAST DEL NEN**