

Junio de 2025

Estimadas familias:

Mantenga a su familia segura y saludable este verano, ya sea que se encuentre en la Ciudad de Nueva York o esté viajando. Es posible que los viajeros deban tomar precauciones adicionales debido al mayor riesgo de algunas infecciones. Por ejemplo, hay brotes de sarampión en todo el mundo y brotes de dengue en el Caribe y América Central y del Sur.

Consejos de seguridad para el verano y los viajes	
	Protéjase contra las infecciones causadas por picaduras de insectos. Las garrapatas son comunes en áreas boscosas o arboladas en los EE. UU. y pueden propagar enfermedades como la enfermedad de Lyme. Los mosquitos pueden propagar enfermedades como el virus del Nilo Occidental en los EE. UU. y la malaria y el dengue fuera de los EE. UU. Use repelente de insectos con DEET, picaridina, IR3535 o aceite de eucalipto de limón. Trate el equipo con permetrina y use camisas de manga larga, pantalones largos, zapatos cerrados y sombrero. Si se encuentra fuera de los EE. UU., use un mosquitero mientras duerme en un área con malaria, dengue u otras enfermedades transmitidas por mosquitos. Para más información sobre las garrapatas, visite: nyc.gov/health/ticks .
	El clima caluroso puede ser peligroso. Use ropa suelta y liviana. Manténgase en un lugar fresco, en la sombra fuera de la luz solar directa. Pasar incluso unas pocas horas en un ambiente con aire acondicionado puede reducir el riesgo de contraer enfermedades relacionadas con el calor. Beba suficientes líquidos, incluso si no tiene sed, y evite las bebidas con azúcar. Para más información, visite: nyc.gov/health/heat
	Mantenga sanos a los niños en el agua. Supervise a los niños mientras nadan o juegan en el agua. No ingrese al agua si ha tenido diarrea en las últimas dos semanas. Recuérdeles a los niños que no deben tragar el agua. Lleve a los niños al baño con frecuencia.
	Manténgase seguro alrededor de los animales. No acaricie ni alimente a los animales salvajes. Pida permiso al dueño para tocar a cualquier perro, gato u otra mascota.
Consejos adicionales para viajes internacionales	
	Lea el Portal de Información de salud rápida para viajeros antes de viajar. Visite gten.travel/trhip/trhip para obtener consejos de salud personalizados para los viajeros.
	Consulte a su proveedor de atención de salud al menos cuatro semanas antes de viajar. Pregunte acerca de cualquier medicamento o vacuna que pueda necesitar contra la malaria, la fiebre tifoidea o la hepatitis A en caso de que viaje a una zona donde estas enfermedades son habituales. Los bebés de 6 a 11 meses deben recibir una dosis adicional temprana de la vacuna contra el sarampión y los niños y adultos deben vacunarse con una primera o segunda dosis. Asegúrese de que usted y sus hijos estén al día con las vacunas de rutina.
	Evite las enfermedades diarreicas. 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 esté completamente cocinada y se sirva caliente.

Atentamente.



Shama Ahuja, PhD, MPH
Comisionada asistente
Oficina de Enfermedades Transmisibles