

## Trombosis y otras enfermedades

Cuando un pasajero realiza un viaje largo sin cambiar de posición por mucho tiempo, corre el riesgo de sufrir la formación de coágulos de sangre, padeciendo una **trombosis**. Generalmente ésta no presenta ninguna señal, pero en ocasiones se puede notar una hinchazón en los miembros del pasajero. Rara vez, cuando el coágulo es muy grande, algunos pedazos pueden llegar al corazón o los pulmones, causando una embolia y poniendo en riesgo la vida del viajero (el dolor en el pecho y la incapacidad para respirar correctamente son algunos de los síntomas a tener en cuenta). Estos síntomas pueden presentarse hasta varios días después del vuelo.

Es importante recordar que el riesgo de una trombosis venosa profunda es muy pequeño y son más propensos a sufrirla aquellos pasajeros de 60 o más años de edad, personas que ya hayan sufrido una trombosis o embolia pulmonar en el pasado, personas obesas, embarazadas, pacientes de cáncer, mujeres que toman anticonceptivos y fuman al mismo tiempo, pasajeros sometidos recientemente a cirugía y pacientes de enfermedades relacionadas con coagulación sanguínea, además de personas con familiares que han padecido una trombosis alguna vez. Todas las personas mencionadas, si planean realizar un viaje largo, deben consultar a su médico antes de su realización para prevenir una trombosis y cualquier otra enfermedad.

### ¿Cómo prevenir una trombosis?

- Intenta doblar las piernas y brazos de vez en cuando durante el vuelo y evita cruzarlos.
- Bebe mucha agua, evita el alcohol y la cafeína.
- Utiliza ropa ancha y cómoda durante el viaje.

Con lo anterior lograrás disminuir el riesgo de sufrir una trombosis.

### Otras enfermedades:

- Las personas que padecen enfermedades transmisibles no deben viajar en avión.
- La baja humedad en los aviones puede causar una sensación de resequedad en ojos, nariz y boca. Se recomienda a los pasajeros con lentes de contacto, cambiarlos por gafas durante el vuelo.
- La deshidratación puede presentarse también durante el vuelo. Evítala consumiendo suficiente agua.
- Las personas con marca-pasos pueden viajar en avión, pero deben recordar que los marca-pasos cardíacos con un electrodo unipolar son sensibles a las interferencias electrónicas durante el vuelo.
- En caso de padecer alguna enfermedad crónica, consulta a tu médico antes de viajar.

¿Contiene este artículo la información que andabas buscando? [Sí](#) | [No](#)