



Recomendaciones a la población para viajar a Catar con motivo de la Copa Mundial de Fútbol

El presente documento brinda recomendaciones de interés para ciudadanos uruguayos que tengan planificado viajar para participar de la XXII edición de la Copa Mundial de Fútbol masculino organizada por la FIFA a realizarse desde el 21 de noviembre al 18 de diciembre de 2022 en Catar.

Es importante recordar que Catar tiene un clima desértico subtropical, con veranos muy calurosos, frecuentes tormentas de arena y escasas lluvias. La temporada calurosa va de mayo a setiembre, y la temperatura máxima promedio diaria es de más de 37 °C. La temporada fresca dura de diciembre a marzo, y la temperatura máxima promedio diaria es de menos de 25 °C.

I- Recomendaciones generales:

- ✓ El lavado de manos frecuente es importante, especialmente antes y después de utilizar los servicios higiénicos y de preparar alimentos o consumirlos.
- ✓ Procure hidratarse adecuadamente. Consuma agua potable, preferentemente embotellada o hervida, para prevenir la diarrea del viajero y otras enfermedades. Esto incluye el agua usada para lavarse la boca y las manos, así como también el agua que se utiliza para fabricar el hielo y la utilizada en la preparación de alimentos.
- ✓ Evite el consumo de frutas que no puedan pelarse y verduras crudas.
- ✓ Los productos lácteos deben estar bien sellados y pasteurizados.
- ✓ Evite comprar alimentos en puestos o mercados callejeros.
- ✓ Cuide su piel, use protector solar con un SPF de al menos 15, elija ropa protectora y busque la sombra durante las horas más calurosas del día (10:00 a.m. a 4:00 p.m.).
- ✓ Se sugiere contratar un seguro médico de alta cobertura por el elevado costo de los servicios médicos.
- ✓ Si necesita llevar medicamentos de consumo habitual, tenga en cuenta que algunos medicamentos recetados y de venta libre en nuestro país pueden ser sustancias controladas en Catar. Si necesita llevar medicamentos controlados o recetados a Catar, asegúrese de llevar la receta de su médico, detallando la droga, la cantidad recetada y la dosis. Esta nota o carta también debe estar firmada y sellada por el prestador. Posteriormente, puede hacer legalizar la firma y traducir el documento al árabe.



II- Requisitos sanitarios para la entrada a Catar

Presentar certificado de vacunación contra covid-19 original y cualquier otro documento de respaldo, en árabe o en inglés, como prueba de que han recibido la vacuna incluyendo al menos la siguiente información:

- * El nombre del viajero debe ser idéntico al del pasaporte.
- * Tipo/nombre de la vacuna, dosis y fechas de aplicación de la vacuna.
- * El número de serie del lote de la vacuna y el código QR (si está disponible).

Todos los pasajeros deben completar un formulario disponible en el sitio web del Ministerio de Salud Pública de Catar, el sitio web de la plataforma de preinscripción www.ehteraz.gov.qa y el formulario de reserva en línea de la aerolínea, antes de llegar a Catar. La aplicación Ehteraz, similar a nuestra aplicación coronavirus se descarga al teléfono móvil para subir toda la información vinculada a la vacunación y otros datos de estadía.

El uso de tapabocas es obligatorio en todos los lugares públicos (abiertos y cerrados).

Basado en publicación del Ministerio de Relaciones Exteriores de Uruguay en:
<https://www.gub.uy/ministerio-relaciones-exteriores/sites/ministerio-relaciones-exteriores/files/2022-04/Gu%C3%ADa%20para%20los%20ciudadanos%20uruguayos%20que%20quieran%20participar%20de%20la%20Copa%20del%20Mundo%20de%20F%C3%BAtbol%20de%20la%20FIFA%20Qatar%202022.pdf>

III- Información importante en relación a las vacunas

3.1 Vacunación contra covid-19

Vacunas aprobadas: Pfizer/BioNTech; Moderna; AstraZeneca; Jansen/Johnson&Johnson

Vacunas reconocidas: (con aprobación condicional) Sinopharm, Sinovac, Sputnik y Covaxin.

Se considera inmune-vacunada a toda persona que recibió alguna de las siguientes vacunas contra la covid-19 aprobadas/reconocidas dentro de su plazo de vigencia de inmunidad:

- ✓ Validez de nueve (9) meses a partir de catorce (14) días después de la vacunación de la segunda dosis de las vacunas Pfizer, Moderna, AstraZeneca.
- ✓ Validez de doce (12) meses después de la vacunación con dosis de refuerzo de las vacunas Pfizer, Moderna, AstraZeneca.
- ✓ Validez de nueve (9) meses a partir de los (14) días posteriores a la única dosis de la vacuna Jansen/Johnson&Johnson.
- ✓ Validez de doce (12) meses a partir de los siete (7) días de haber recibido la dosis de refuerzo de la vacuna contra la covid-19 de Jansen/Johnson&Johnson.
- ✓ Validez de seis (6) meses a partir de catorce (14) días después de la segunda dosis o dosis de refuerzo de las vacunas covid-19 aprobadas condicionalmente; en estos casos se requiere de un resultado de laboratorio de serología positivo en la prueba de anticuerpos y es válido por 30 días a partir de realizada la prueba.



Si el viajero no puede realizar una prueba de *serología de anticuerpos* en el país de origen o si el resultado de la prueba de anticuerpos es negativo, debe someterse a la cuarentena correspondiente de 5 días.

Para aquellos que recibieron una dosis de refuerzo utilizando vacunas aprobadas, el estado inmunológico se extiende a doce (12) meses a partir de catorce (14) días después de la dosis de refuerzo y ya no se requiere la prueba de anticuerpos de serología.

- **Inmune-recuperado:** se considera que cualquier persona que haya tenido una infección por covid-19 médicamente confirmada, adquirida localmente o en el extranjero, tiene un estado inmunológico válido por doce (12) meses a partir de la fecha de la infección. Debe haber un resultado de prueba de laboratorio oficial y verificable como evidencia de la infección pasada.
- **No inmune/no vacunado:** cualquier persona que no cumpla con ninguno de los criterios anteriores. Deben presentar un resultado de laboratorio de test PCR negativo para SARS-COV 2, previo al viaje obtenido no más de 48 horas antes de la salida del país de origen. De forma obligatoria deben realizar cuarentena en hotel por 5 días y test rápido de antígeno realizado el día 5.

Basado en: Ministerio de Salud Pública de Qatar en: <https://covid19.moph.gov.qa/EN/travel-and-return-policy/Pages/default.aspx#visitors>

3.2 Otras vacunas:

Téngase presente que este documento transmite recomendaciones, la indicación de las vacunas a recibir debe ser realizada por el médico de cabecera de cada viajero.

Visite a su médico con tiempo suficiente para alcanzar la protección necesaria.

Vacunas recomendadas:

Sarampión (Triple viral): Si nació luego de 1967 y no padeció sarampión, debe asegurarse de contar con dos dosis de vacuna. Si no tiene dos dosis, se recomienda darse una dosis. Esta es una vacuna gratuita, que se brinda en cualquier vacunatorio del país, y debe recibirse al menos 14 días antes del viaje para alcanzar la inmunidad adecuada. Está contraindicada en el caso de embarazadas y pacientes inmunodeprimidos. Los lactantes de 6 a 12 meses de edad que viajen y no presenten contraindicaciones, deben recibir una dosis de esta vacuna al menos 2 semanas antes de la partida. Esta dosis se considera dosis 0 y no se toma en cuenta para el Certificado Esquema de Vacunación.

Anti meningocócica: Se recomienda la administración de vacuna tetravalente contra serotipos A, C, Y, W-135 (Menactra™) para prevenir enfermedad meningocócica ya que habrá grandes aglomeraciones de público y por lo menos uno de los países que participa en la copa está situado en el África Subsahariana y en zona endémica para esta enfermedad.



Vacunación contra hepatitis A y fiebre tifoidea: La primera se encuentra indicada en caso de no haber sido vacunado o no haber cursado hepatitis A previamente. En cuanto a la vacunación contra la fiebre tifoidea, se recomienda recibir 1 dosis al menos 15 días antes del viaje, y en el caso de ya haber sido vacunado y que hayan transcurrido más de 2 años, se debe recibir una dosis refuerzo. Si bien ambas vacunas pueden ayudar a reducir los riesgos de contraer enfermedades transmitidas por alimentos, no sustituyen unas adecuadas precauciones.

Hepatitis B: Es una infección viral transmitida por exposición a sangre o fluidos corporales infectados. Esto ocurre principalmente durante el contacto sexual o como resultado del contacto de sangre a sangre (por ejemplo, por equipos contaminados durante procedimientos médicos y dentales, procedimientos de tatuajes o perforaciones corporales y el uso compartido de agujas intravenosas o abrasiones en contexto de contacto cuerpo a cuerpo). Se estima que aproximadamente el 2 % de la población de Catar está infectada de forma persistente con el virus de la hepatitis B (prevalencia intermedia/alta). Si bien la vacunación en Uruguay se administra de forma sistemática desde 1999 con buenas coberturas, se recomienda verificar el estado vacunal previo al viaje.

Antirrábica: No se recomienda la vacunación preventiva. Se debe evitar el contacto con animales, ya sean callejeros o mascotas. Si es agredido por un animal, lave inmediatamente todas las mordeduras y rasguños con abundante jabón y agua corriente, y busque atención médica de inmediato, incluso si la herida no parece grave.

Poliomielitis: No hay riesgo de polio en este país. Dado que Uruguay es un país sin casos de polio, no se requiere presentar certificado de vacuna antipoliomielítica.

Fiebre amarilla No hay requisito de vacunación contra la fiebre amarilla.

El presente documento y sus recomendaciones en relación a otras vacunas ha sido elaborado exclusivamente para viajeros con destino Catar. En caso que usted decida recorrer otros destinos deberá consultar con su médico de cabecera para recibir asesoramiento o vía correo electrónico a: asesoramientoviajero@msp.gub.uy

IV- Otros riesgos posibles para la salud

Viruela símica: Ya se reportaron casos de viruela símica en este país por lo cual se exhorta a mantener precauciones de contacto y lavado de manos.

Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV): El vínculo entre camellos, humanos y MERS no está claro, pero estar en proximidad de estos animales o de sus productos (orina, leche, etc.) puede hacer que una persona sea más propensa a contraer MERS. En lo posible no visite granjas donde se crían estos animales. No existe una vacuna, pero hay medidas que puede tomar para protegerse. Mantenga las precauciones higiénicas de lavado de manos y evite beber leche cruda, comer carne de camello poco cocida o “street food” ya que los derivados de este animal son de uso frecuente en la gastronomía del país.



Leishmaniasis cutánea: Los insectos tales como mosquitos, garrapatas y pulgas pueden propagar enfermedades que no se pueden prevenir con vacunas o medicamentos.

Existe riesgo de leishmaniasis cutánea en todo el país, la cual se transmite por la picadura de insectos diminutos llamados flebótomos (moscas de la arena). Estas tienen hábitos de picadura crepuscular (desde el ocaso hasta el amanecer) y se encuentran cerca de arbustos. *En exteriores se recomienda no caminar cerca de arbustos o agitar la vegetación, especialmente entre el atardecer y el amanecer.* Si bien la leishmaniasis cutánea no implica un compromiso vital, puede producir lesiones crónicas de difícil tratamiento.

Las medidas antimosquitos son la principal estrategia de prevención. Se recomienda aplicar repelente que contenga 20 % o más de DEET como ingrediente activo, principalmente durante los momentos de mayor actividad. Se sugiere tratar la ropa exterior, incluyendo botas, con permetrina u otro piretroide.

Se recomienda buscar alojamiento en habitaciones con aire acondicionado o con mosquiteros, en caso de dormir al exterior (tiendas de campaña y sacos de dormir), utilice mosquiteros de malla suficientemente fina que se encuentren impregnados de permetrina (debido al diminuto tamaño del vector, las mallas y mosquiteros tienen una protección parcial). Se recomienda la utilización de prendas de vestir que cubran la piel expuesta (camisas de manga larga, pantalones largos y sombreros). No existe vacuna o medicación profiláctica para evitar su adquisición. El uso de todas estas medidas también ayuda a prevenir picaduras por otros insectos como garrapatas, pulgas y piojos.

V- Otras recomendaciones:

Si piensa llevar yerba mate la indicación es que debe ir en su paquete original, sellado. Puede realizar el trámite de solicitud de constancia para el transporte de yerba mate con un máximo de hasta 5 kg por persona, disponible en <https://www.gub.uy/tramites/solicitud-constancias-transporte-yerba-mate>

Recomendamos revisar la información que brinda la embajada uruguaya en Catar (Guía para ciudadanos uruguayos - Qatar 2022) para orientar a los viajeros y evitar posibles complicaciones e inconvenientes causados por las diferencias culturales. <https://www.gub.uy/ministerio-relaciones-exteriores/comunicacion/comunicados/copa-mundial-qatar-2022-guia-para-ciudadanos-uruguayos>

En caso de que posteriormente a su regreso (especialmente dentro de los siguientes 30 días del ingreso al país) presente algún síntoma como fiebre, cefalea, diarrea persistente o síntomas respiratorios y/o erupciones en la piel, se recomienda consultar con su prestador de salud a la brevedad, mencionando al profesional que lo asista el antecedente de viaje reciente.