

# Síndrome Nefrótico: Guía de viaje

**Siempre avísale al equipo de Nefrología acerca de tus planes de viaje con anticipación**

## Antes de viajar

Obten el protocolo de viaje del equipo de Nefrología



Visita una clínica del viajero para averiguar si el lugar que visitarás requiere vacunas especiales, y habla con el equipo de Nefrología acerca de las opciones disponibles



Identifica servicios médicos cercanos a los lugares que viajarás y guarda la información del contacto



Aprende como se dicen los nombres de las comidas que tu o tu hijo (a) no pueden comer

Revisa si tu seguro de viaje tiene cobertura para síndrome nefrótico



Asegúrate de que tienes suficientes medicamentos y tiras reactivas de orina para todo el viaje

Lleva contigo una copia de tu o de tu hijo (a) cartilla de vacunación



## Durante el viaje

Lleva los medicamentos en tu equipaje de mano



Realiza los preparativos necesarios para comidas especiales (bajas en sal)

## Al llegar a tu destino



Infórmate acerca de las condiciones de sanidad y agua potable de la region

Protege la piel con protector solar FPS 30+ y utiliza ropa y gorra que te cubran del sol



Guarda todos los medicamentos en el envase y cajas originales con sus etiquetas originales

Guarda las tiras reactivas para la orina en un lugar fresco y seco



Revisa la primera orina de la mañana con una tira reactiva diario, para detectar proteínas

## Si tu o tu hijo (a) tienen una recaída (s):



- Inicia el tratamiento para la recaída inmediatamente como especifica el protocolo del viajero.
- Busca por ayuda médica si:** hay hinchazón, aumenta o disminuye la cantidad de orina.
- Informa al equipo de Nefrología acerca de la recaída cuando vuelvas

## ¿Qué es una recaída durante el viaje?

- 1.0 proteínas por 5 días, **0**
- 3.0 proteínas por 3 días, **0**
- 20+ proteínas por un día

## Retrasa el viaje cuando te sea posible si tu o tu hijo (a) están:

Experimentando hinchazón

Sintiéndose mal

En una recaída (tirando proteínas)

Iniciando un nuevo tratamiento que requiera supervisión cercana y constante