

La UPRL informa

<http://uprl.unizar.es/informacion.html>

RECOMENDACIONES EN VIAJES INTERNACIONALES

Las recomendaciones que vamos a comentar pueden servir para cualquier viaje que hagamos a otro país, no obstante matizaremos que a cierto personal de la **UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA** por su actividad investigadora, docente o de representación se le puede exigir realizar viajes de ámbito laboral, (asistencia a congresos científicos, estancias para investigación, doctorados, intercambios...), y en estos casos se debería conocer el tríptico de la Mutua MAZ sobre “**que hacer en el caso de accidente de trabajo en el extranjero**”, por si desgraciadamente se diera una situación de accidente laboral.

Sobre los preparativos de un viaje a otro país, sabemos que conlleva un tiempo de gestión y la preocupación por olvidar aspectos importantes, es por ello que en esta información nos planteamos seguir un guión con recomendaciones prácticas que nos ayude a organizarnos y a minimizar esos olvidos.

La primera recomendación será disponer de una **carpeta portafolios** para gestionar ordenadamente esta documentación de viaje y nos ayude de archivo. Asimismo procederemos a llevar fotocopias de algunos de los documentos por si extraviamos nuestros soportes informáticos o no tenemos acceso on-line.

En **MAS PREVENCIÓN**, desde nuestra experiencia, el índice a seguir para preparar la gestión documental de esta carpeta de viaje, sería la siguiente.

1. Libro de bolsillo con imágenes para comunicarse en otros idiomas y frases de uso para ayuda.
2. Información generales del país de destino (aspectos seguridad, sanidad, clima, cambio de moneda..)
3. Pasaporte en vigor, DNI, tarjeta sanitaria, tarjeta europea, seguro medico privado, visado según país. Previamente al viaje debe realizarse el registro de viajeros en la web del Mº de Asuntos Exteriores, anotando en papel y on-line las direcciones y teléfonos del lugar de destino, embajada y consulado, hospitales, policía y el teléfono de aviso en el caso extravío y/o robo de tarjeta de crédito.
4. Permiso de conducir EU e internacional en vigor, parte amistoso accidente de tráfico, seguros
5. Tarjeta de vacunaciones y quimioprofilaxis, si procede tras visita al centro vacunación internacional
6. Informe del reconocimiento médico laboral con última analítica y el dictamen de aptitud laboral.
7. Tríptico de Mutua de Accidentes con boletín de solicitud de primera asistencia en caso de accidente
8. Cobertura del seguro médico privado para la asistencia médica por enfermedad y/o repatriación
9. Botiquín de viaje con fármacos de uso básico e indicaciones de administración y certificado medico
10. Recomendaciones para los viajes en avión, normas de equipaje, documentos exigidos en aduanas y consejos de la policía nacional sobre seguridad ciudadana.



A continuación ampliamos la información con los enlaces que consideramos de interés.

1. Adquirir un **libro de bolsillo con imágenes** para comunicarse puede ser de gran ayuda si viajamos a países donde puede haber una dificultad para el idioma, especialmente para comentar temas de salud. Estos libros pueden conseguirse en librerías o por internet, <http://www.icoon.eu/>



2. **Información generales del país de destino** (aspectos seguridad, sanidad, clima, cambio de moneda..). Actualmente la podemos conseguir a través de internet en la web del Mº de Asuntos Exteriores con enlaces que nos llevan directamente a la ficha del país <http://www.maec.es> <http://www.exteriores.gob.es/PORTAL/ES/SERVICIOSALCIUDADANO/SIVIAJASALEXTRANJERO/Paginas/Inicio.aspx> Y web del Mº de Sanidad <http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/vacunaciones/home.htm>

Inscribirse en el **registro de viajeros**, en la **web del Mº de Asuntos Exteriores** es otra recomendación de UPRL y MAS PREVENCIÓN, así como llevar anotadas en papel y on-line las direcciones y teléfonos del lugar de destino, embajada y consulados y otros datos de interés.



<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasAlExtranjero/Paginas/InscribeteEnElRegistroDeViajeros.aspx>

3. El pasaporte, DNI y visado, según país de destino, es importante recordar que esta documentación debe estar en vigor y en algunos países se exige un pasaporte con un periodo de caducidad no inferior a **6 meses**. La gestión para conseguirlo es personal, con cita previa. <https://www.citapreviadnie.es/citaPreviaDniExp/>

La **Tarjeta Sanitaria Europea** se obtiene a través del Instituto Nacional de la Seguridad Social (**INSS**). Este documento es personal e intransferible y es acreditativo del derecho a recibir las prestaciones sanitarias que resulten necesarias desde el punto de vista médico, durante su estancia temporal, por motivos de trabajo. Si el país no es comunitario, pero con convenio bilateral, se deberá gestionar el formulario correspondiente al país de desplazamiento ante el INSS, gestión que será personal y se puede solicitar cita previa.



https://sede.seg-social.gob.es/Sede_1/ServiciosenLinea/Ciudadanos/232000

La información sobre la Tarjeta Sanitaria Europea en países de la CE, también se puede consultar por teléfono, **900616261 900616200** y sobre **convenios bilaterales con otros países**, consultar http://www.seg-social.es/Internet_1/Masinformacion/Internacional/Conveniosbilaterales/index.htm

Para **cuestiones de índole legal laboral, fiscal y de seguridad social**, podemos consultar con abogados especializados como CUATRE CASAS GONÇALVES PEREIRA <http://www.cuatrecasas.com/es/internacional.html>

4. Si vamos a conducir en un país fuera de la Unión Europea, nos pueden exigir el **permiso internacional de conducir**. La gestión de conseguirlo será personal solicitando cita previa.

<https://sede.dgt.gob.es/es/tramites-y-multas/permiso-de-conduccion/permiso-internacional/>



Hay que comprobar que el vehículo disponga de parte amistoso accidente para tomar los datos en caso de accidente de tráfico, chalecos refractantes y el seguro en vigor.

5. Según el país de destino nos pueden exigir la tarjeta de **vacunaciones** en países con fiebre amarilla o recomendación de quimioprofilaxis –paludismo. Previamente al viaje procede informarse en el centro de vacunación internacional de nuestra provincia. (Teléfono nacional de consulta **901 400 100**)



<http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>



6. En la documentación de viaje recomendamos **llevar impreso el historial médico-laboral** con reseña de los antecedentes de enfermedades e intervenciones, incluyendo la última analítica realizada y los tratamientos que se estén tomando. Servirá el último informe de reconocimiento médico que se haya realizado en el Servicio MAS PREVENCIÓN www.spmas.es



<http://www.spmas.es/web/guest/solicitar-envio-recos>

Según el país de destino se recomienda llevar traducido el informe al idioma del país. Asimismo si su viaje es de ámbito laboral se recomienda llevar el dictamen médico de aptitud que incluya los protocolos de riesgos específicos en relación al puesto de trabajo que se vaya a desempeñar en el país de destino, solicitándolo a su UPRL de UZ

7. Si el desplazamiento a otro país es de ámbito laboral, la asistencia por accidente de trabajo (AT) la cubriría MUTUA MAZ, por lo tanto el responsable de departamento ó personal de UPRL le puede proporcionar información actualizada de la Mutua y el tríptico **“que hacer en el caso de accidente de trabajo en el extranjero”**. También se puede obtener en www.maz.es



<http://www.maz.es/PrestacionesYServicios/Documents/folleto-maz-que-hacer-en-caso-accidente-en-el-extranjero.pdf>

Importante llevar anotado el **teléfono de MAZ (+34) 93 214 29 97** por si precisara asistencia sanitaria por AT. Asimismo deberá comunicarse al responsable de departamento y personal de UPRL de UZ.

8. En función del tipo de viaje y país de destino debe plantearse la **contratación de seguro médico asistencial privado**, sabiendo en todo momento la cobertura, prestaciones por asistencia médica y la posibilidad de repatriación. El plazo para obtenerlo es aproximadamente es de unos **10 días**.

9. Preparación de un **botiquín de viaje con fármacos de uso básico** e indicaciones de administración. Es otra sugerencia para el viaje y para un posible uso durante la estancia en el país. Este botiquín recomendamos prepararlo con el asesoramiento de su médico de familia y/o farmacéutico. En caso de patología crónica, lógicamente deberíamos llevar nuestros fármacos, y dado que pasaremos aduanas y pueden darse situaciones de inspección o declaración, en estos casos se debe incluir un documento-certificado para llevarlo con los fármacos.



10. Previamente al viaje recomendamos tanto para los viajes en avión como otros posibles medios de transporte la lectura de **normas sobre equipaje, seguridad y documentos exigidos en aduanas**. Para más información consultar www.aena.es **teléfono 902404704**

<http://www.aena.es/csee/Satellite/aeropuertos/es/Page/1208353368442/Equipaje-de-mano-y-facturado.html>

Recomendamos asimismo la lectura de consejos de la policía nacional http://www.policia.es/consejos/virtual_ideas/ideasseguridad.html#/26/

<http://uprl.unizar.es/informacion.html>

<http://promocionsaludspmaz.blogspot.com>

www.spmas.es

MAS
PREVENCIÓN
SERVICIO DE PREVENCIÓN