

PRESS RELEASE



Vai viajar para destinos de altitude elevada? Saiba como amenizar os sintomas

Mal-estar, enjoos e falta de ar são apenas alguns deles, que podem ocorrer em países como Peru, Chile, Bolívia e Nepal

Dezembro de 2019 – Conhecer novos lugares ao viajar é uma experiência única na vida. No entanto, algumas regiões podem causar algo mais do que uma boa impressão, principalmente, quando estão localizadas em elevadas altitudes capazes de gerar mal-estar ao viajante. É o que costuma acontecer em lugares como Cuzco e Machu Picchu (Peru), La Paz (Bolívia), norte do Chile, Quito (Equador) e até no Nepal.

Segundo o Dr. José Sallovitz, cardiologista e coordenador da área médica da Allianz Travel, líder global em oferta de seguro viagem e representante da Allianz Seguros no segmento viagem, isso ocorre devido à quantidade de oxigênio e a pressão atmosférica serem muito menores do que ao nível do mar. “O temido mal da altitude ocorre em regiões acima dos 2.000 metros do nível do mar e apresenta sintomas característicos como dor de cabeça, tonturas, falta de ar e desarranjo intestinal”, destaca.

Ele reforça que pessoas não acostumadas a estas condições atmosféricas podem vivenciar um desequilíbrio no organismo nas primeiras 72 horas após chegar ao seu destino. “Por esse motivo, muitos viajantes são orientados a se aclimatar antes de realizar passeios, atividades físicas – que contemplem caminhadas, corridas, etc. - e até de se alimentarem. Nesse período o corpo humano está se adaptando às novas condições”, pontua Sallovitz.

Entretanto, em alguns casos, a adaptação não acontece e o turista precisa viajar para algum local ao nível do mar, onde a recuperação é instantânea. Turistas com doenças crônicas, por exemplo, devem visitar seus médicos previamente para avaliarem a sua condição e capacidade de realizarem uma viagem como essa. "Pessoas que tem insuficiência cardíaca ou problemas pulmonares graves como enfisema, sequelas de tuberculose, entre outras, quando não compensadas avaliadas e preparadas para uma aventura como essa, podem agravar suas condições", ressalta.

Vale lembrar que o mal da altitude pode ocorrer com qualquer pessoa indiscriminadamente. O melhor a se fazer é ficar atento aos sintomas relacionados e entrar em contato imediatamente com a assistência 24h caso seja acometido. "Em especial os portadores de hipertensão arterial devem tomar cuidado pois, como a pressão atmosférica é bem mais baixa em lugares altos, existe uma chance maior de crises hipertensivas", continua.

Além disso, é importante lembrar da realização dos exames pré-viagem para evitar surpresas desagradáveis no meio do passeio. "Todos devem fazer um check-up médico preventivo, principalmente, os que tem problemas pulmonares e cardíacos".

E o Chá de Folha de Coca, Doutor?

O chá de folha de coca, conhecido por prevenir estes sintomas entre as populações andinas, é altamente comercializado nesses países e muito consumido pelos turistas. Apesar de servir como remédio aos povos nativos, Sallovitz alerta para o seu consumo: "Assim como é importante a aclimação ao meio ambiente estranho, os viajantes também precisam ir com calma na ingestão de alimentos ou bebidas diferentes das que estão acostumados. O ideal é se manter hidratado e, em caso de algum mal-estar, buscar atendimento médico. Há uma diversidade de produtos com essa matéria-prima, mas nunca devemos nos automedicar", conclui.

Sobre a Allianz Travel

A Allianz Travel é uma das marcas comerciais da Allianz Partners, empresa dedicada a garantir proteção e cuidado mundialmente, que pertence ao Grupo Allianz SE, e é

líder B2B2C em soluções de assistência de seguros nas seguintes áreas de especialização: assistência global, saúde e vida internacional, automóvel e viagem. Com operações em 78 países, a Allianz Partners oferece soluções globais que estão redefinindo o significado de ajuda, indo além do seguro tradicional para ajudar e proteger os clientes onde quer que eles estejam e sempre que precisarem. Com inovação, os especialistas fornecem produtos e serviços prontos para o futuro, de alta tecnologia e de alto impacto por meio de cinco marcas comerciais: Allianz Assistance, Allianz Care, Allianz Automotive, Allianz Travel e Mondial Assistance. Os 21.500 colaboradores globais lidam com mais de 54 milhões de casos por ano, com foco no esforço para ajudar e proteger clientes em todo o mundo. No Brasil, a Allianz Partners tem mais de 20 anos de atuação, com cerca de 1.500 profissionais, uma célula médica com equipe trilingue e 12.000 prestadores de serviços que vivem para ajudar.

Sobre a Allianz Seguros

No Brasil, há 115 anos, a Allianz Seguros atua nos ramos de seguros de Ramos Elementares e Saúde e está presente em todo o território nacional com mais de 1.000 funcionários, 48 filiais e aproximadamente 15.000 corretores de seguros, nossos principais parceiros de negócios. Com a premissa de desenvolver ações de longo prazo, tanto em nosso negócio quanto na área social, há 25 anos um grupo de colaboradores criou a ABA - Associação Beneficente dos Funcionários da Allianz Seguros. Nesse período, mais de 7.000 crianças e adolescentes da Comunidade Santa Rita foram atendidos pela ABA, por meio de atividades complementares à educação formal, como artes, esporte e inclusão digital. A Allianz Seguros empresta seu nome ao Allianz Parque, a mais moderna arena multiuso do país. Desde seu lançamento, em novembro de 2014, já recebeu mais de 6,5 milhões de pessoas.

Informações à Imprensa

Race Comunicação | (11) 2548-0720 | 2894-5607

Evelyn Spada | (11) 99780-3314

Ana Luiza | (11) 95785-0207

allianztravel.press@agenciarace.com.br