

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	5
1. ANTES DE INICIAR LA MISIÓN	9
1.1. Requisitos previos al despliegue.....	9
1.2. Reconocimiento médico.....	10
1.3. Informe de Inteligencia Sanitaria.....	11
1.4. Calendarios vacunales	13
1.5. Cartilla de vacunación	14
2. DURANTE EL TRASLADO A LA ZONA DE OPERACIONES (ZO)...	17
2.1. Traslado por mar	17
2.2. Traslado por aire	19
2.3. Traslado por carretera.....	21

3. DURANTE LA ESTANCIA EN ZONA DE OPERACIONES (ZO) ...	25
3.1. Agua	25
3.2. Alimentos.....	29
3.3. Higiene personal.....	32
3.4. Higiene sexual	36
3.5. Forma física.....	37
3.6. Salud mental.....	39
3.7. Eliminación de desechos	41
3.8. Paludismo o malaria	48
3.9. Protección contra las picaduras o mordeduras de insectos y otros animales	55
3.10. Lesiones producidas por el frío	59
3.11. Lesiones producidas por el calor	66
3.12. Normas generales de actuación ante un accidente.....	76
4. AL REGRESO DE LA MISIÓN	89
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	91