

Il virus del turista

I rischi alla salute che un viaggiatore può correre nell'intraprendere un viaggio internazionale possono essere prevenuti anche con il rispetto di semplici norme di comportamento individuali. Ecco una serie di semplici consigli: è necessario rispettare sempre le più elementari norme igieniche come lavarsi le mani prima dei pasti, bere esclusivamente bevande imbottigliate e sigillate, evitare il ghiaccio, lavarsi i denti con acqua minerale. Bere latte bollito, consumare cibi che siano stati cotti accuratamente e che devono essere serviti ancora caldi, evitare gelati e dolci alla crema, non mangiare frutti di mare e pesce crudo

...

Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati

01/02/2004