

Desplazamientos aéreos si padece una enfermedad pulmonar

Padecer una enfermedad pulmonar no debería impedirle desplazarse en avión. Ya viaje de vacaciones, por negocios o para visitar a su familia y amigos, debería poder hacer todas las gestiones necesarias siempre que las planifique por adelantado. Esta hoja informativa incluye los aspectos clave que debe tener en cuenta para planificar su viaje y le ofrece varios consejos para que esté en perfecto estado de salud durante su estancia en el extranjero.

Consulte a su profesional sanitario

Lo primero que debe hacer antes de planificar el viaje es hablar con su profesional sanitario. Lo mejor es hacerlo cuanto antes, sobre todo, porque podría necesitar someterse a pruebas adicionales para evaluar si es apto para viajar. Estas pruebas podrían indicar que necesita oxígeno o más medicamentos.

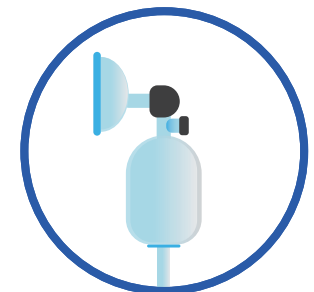


Oxígeno a bordo: razones por las que podría necesitarlo

En los aviones, el aire contiene menos oxígeno que el aire que normalmente respiramos y, como resultado, los niveles de oxígeno en la sangre son más bajos.

Si usted no padece una enfermedad pulmonar, no notará la diferencia en la disminución de oxígeno.

Pero, si padece una enfermedad pulmonar, posiblemente sus niveles de oxígeno ya sean bajos o sus pulmones no funcionen correctamente y le cueste mantener la cantidad de oxígeno en la sangre a un nivel seguro. El descenso de los niveles de oxígeno en la sangre podría hacer que se sienta indispuesto o incluso perjudicar su salud durante o después del vuelo. Esto significa que, incluso si no suele necesitar oxígeno, podría necesitarlo durante el vuelo. El oxígeno adicional mantiene los niveles de oxígeno en la sangre a un nivel adecuado para que no corra riesgos.



Si ya usa oxígeno, posiblemente tenga que aumentar el caudal cuando viaje en avión.

«Normalmente no necesito oxígeno, pero durante una revisión le comenté a mi médica que pronto me iría de vacaciones y me dijo que tenía que someterme a una prueba de aptitud para volar. Resultó que sí que necesitaba oxígeno para el vuelo de 7 horas que tenía previsto, así que me alegro de que el tema saliera a colación en la consulta».

La prueba de hipoxia o prueba de aptitud para volar

Para saber si necesita oxígeno a bordo, posiblemente necesite someterse a una prueba de hipoxia (o prueba de aptitud para volar).

En primer lugar, su médico le tomará una muestra de sangre para comprobar cuáles son sus niveles de oxígeno habituales (prueba de gasometría arterial). Si sus niveles de oxígeno ya son bajos en esta fase, el médico le recomendará que lleve oxígeno en el vuelo. Incluso si sus niveles de oxígeno son correctos, es posible que el profesional sanitario crea que hay algún riesgo y le pida que se someta a una prueba de aptitud para volar. La prueba consiste en respirar aire que contiene un nivel de oxígeno similar a la cantidad disponible a bordo de un avión utilizando una mascarilla o una boquilla durante un máximo de 20 minutos. El profesional sanitario le acompañará durante la prueba para supervisar su reacción. Los niveles de oxígeno se medirán con un dispositivo llamado oxímetro, que proyecta un pequeño haz de luz a través del dedo, la oreja o la frente para medir los niveles de oxígeno. Si los niveles de oxígeno descienden por debajo del nivel recomendado, el médico detendrá la prueba y comprobará los niveles de oxígeno con otro análisis de sangre. Si la prueba continúa durante el tiempo total de 20 minutos, el médico extraerá otra muestra de sangre al final para comprobar los niveles de oxígeno.



Si la cantidad de oxígeno en su sangre desciende por debajo del nivel recomendado, necesitará oxígeno a bordo.

El profesional sanitario podrá decidir qué cantidad de oxígeno necesita (caudal) en función de los resultados de la prueba y de su estado de salud general. En determinados casos, deberá someterse a una prueba adicional llamada estudio de ajuste. Consiste en repetir la prueba de aptitud para volar mientras respira diferentes niveles de oxígeno adicional para identificar qué caudal le ayuda a recuperar sus niveles de oxígeno.

Normalmente, su médico le indicará cuál es el periodo de validez de los resultados de la prueba. Mientras el estado de su enfermedad sea estable, los resultados serán válidos. Si se presentan cambios (es decir, empeoramientos, niveles más bajos de oxígeno en la sangre), tendrá que volver a someterse a la prueba para su próximo vuelo.

En la página web de la ELF puede ver un vídeo sobre la prueba de aptitud para volar.

Consulte la política de oxígeno de la línea aérea

Si necesita oxígeno a bordo, consulte la política de oxígeno de la línea aérea. Las políticas varían según la línea aérea. Por ejemplo, algunas ofrecen oxígeno a bordo a cambio de un pago. El coste dependerá de la compañía. Otras le permitirán llevar consigo su propio concentrador de oxígeno portátil (POC) aprobado por la Administración Federal de Aviación (AFA) durante el vuelo pero, por lo general, especificarán el tipo de dispositivo que puede utilizar.

Hable con la línea aérea lo antes posible para asegurarse de que puedan atender sus necesidades. Si lleva consigo su propio POC, compruebe que su dispositivo esté permitido y asegúrese de llevar suficientes baterías para todo el vuelo (y no olvide incluir baterías adicionales para posibles retrasos).

Visite el índice de líneas aéreas disponible en nuestra página web, donde se indican las políticas de oxígeno y los datos de contacto de las principales líneas aéreas.



Informe a la línea aérea: el certificado médico

Si necesita oxígeno adicional a bordo del avión, la línea aérea le pedirá un certificado médico, generalmente conocido como certificado de aptitud para volar o MEDIF (formulario de información médica). Estos certificados demuestran que está en condiciones de volar. Usted o su cuidador deberán cumplimentar una parte del formulario y su médico deberá cumplimentar la otra parte.

Cada línea aérea cuenta con su propio formulario, que se puede descargar desde su sitio web (suele estar en las páginas de asistencia especial). Si no está disponible en línea, deberá ponerse en contacto con el departamento de asistencia especial de la línea aérea.

Es probable que solo parte de la información solicitada en el formulario sea relevante en su caso. Estos formularios están diseñados para cubrir diferentes enfermedades temporales o crónicas, entre ellas, problemas cardíacos, operaciones quirúrgicas recientes y lesiones.

Por lo general, tendrá que proporcionar los siguientes datos:

- La ruta, la fecha del vuelo y la referencia de su reserva
- Sus necesidades de oxígeno (de ser el caso), incluidos los caudales en litros por minuto y el tipo de flujo (continuo o pulsado)
- El equipo médico que llevará consigo (por ejemplo, POC, máquinas de presión positiva continua en la vía aérea [CPAP], equipos de movilidad)
- Información de la batería para el equipo antes mencionado
- Sus acompañantes (de ser el caso), para que puedan viajar en asientos contiguos

Normalmente, los pasajeros son los responsables de firmar y enviar el formulario. Lea siempre las instrucciones para cumplimentarlo, cuándo enviarlo y a quién dirigirlo.

Planifique asistencia especial

Considere la opción de solicitar asistencia especial tanto en el aeropuerto como al llegar a sus destinos. Los aeropuertos suelen ser espacios muy grandes en los que posiblemente tenga que caminar largas distancias (por ejemplo, desde la puerta principal hasta la de embarque) o estar de pie por mucho tiempo debido a la falta de asientos.

Aunque su vuelo sea puntual, tal vez tarde más de lo esperado en llegar al avión. Con asistencia especial, podrá llegar a su destino con más tranquilidad.

Las líneas aéreas gestionarán la asistencia especial que proporciona el aeropuerto. Planifique este servicio con antelación, al menos 48 horas antes del viaje. Por lo general, los sitios web de los aeropuertos ofrecen una lista de enlaces a las páginas de asistencia especial de las líneas aéreas. No olvide tener en cuenta las escalas.



«El desplazamiento en los aeropuertos puede ser difícil. Una vez estaba en un aeropuerto con asistencia especial. Para llegar a los aseos había que bajar un tramo de escaleras y no había ascensor. Afortunadamente llevaba mi POC, pero tardé como 10 minutos en levantarme y bajar».

Solicite asistencia para su destino

Si necesita oxígeno para el resto de sus vacaciones, debe solicitarlo antes de viajar. Su profesional sanitario o proveedor de oxígeno podrían recomendarle a un proveedor en el país de destino.

Si cuenta con una tarjeta sanitaria europea (TSE), podrá solicitar oxígeno a través del programa, el cual le permite acceder a la atención sanitaria pública —necesaria por motivos médicos— durante una estancia temporal en cualquiera de los Estados miembros de la UE, además de Islandia, Liechtenstein, Noruega y Suiza, en las mismas condiciones y al mismo coste (la asistencia es gratuita en algunos países) que las personas aseguradas en ese país. Algunos países tienen una lista de proveedores con quienes tienen contratos para este programa, por lo que no está de más echarle un vistazo.

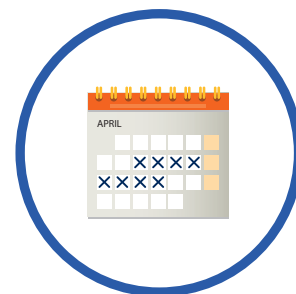
Asegúrese de que su proveedor de oxígeno pueda cubrir sus necesidades durante las vacaciones. También debe confirmar que su hotel pueda recibir la entrega de oxígeno y cubrir otros aspectos a tener en cuenta, por ejemplo, si necesita una habitación en la planta baja o comprobar los niveles de contaminación atmosférica. También es importante que tenga a mano los datos de contacto de su proveedor de oxígeno y que sepa su horario de atención por si surge algún inconveniente.

Si cuenta con la TSE, llévela consigo en todo momento por si repentinamente necesita tratamiento médico.

También debe asegurarse de contar con un seguro de viaje con cobertura adecuada e informar a la aseguradora de que padece una enfermedad pulmonar, ya que de no hacerlo su póliza podría no ser válida y dar lugar a una costosa factura médica si enferma durante sus vacaciones. Lleve consigo sus documentos del seguro y guárdelos en un lugar seguro.

En resumen, recuerde:

- Comience a hacer las gestiones lo antes posible, con tiempo suficiente.
- Hable con su médico para saber el oxígeno que necesita y pregúntele si hay algo más que pueda hacer para estar preparado.
- Si el médico le recomienda volar con oxígeno adicional, consulte la política de oxígeno de la línea aérea.
- Solicite el oxígeno para su vuelo y también para su destino.
- Cumplimente su certificado médico (formulario de aptitud para volar/MEDIF) con su profesional sanitario; proporcione detalles sobre su enfermedad, equipo médico y necesidades de oxígeno, así como los datos de su acompañante o compañero de viaje, de ser el caso.



- Solicite asistencia especial tanto en el aeropuerto como al llegar a su destino.
- Consulte en el mapa del aeropuerto dónde se ubican los mostradores de asistencia especial, las tomas de corriente, los aseos y demás instalaciones.
- Lleve los artículos de primera necesidad en su equipaje de mano: medicamentos, equipo médico (por ejemplo, POC o CPAP) con suficientes baterías y los documentos que debe mostrar al personal del aeropuerto, la TSE e información de la póliza de seguro, y adaptadores de enchufe (de ser el caso).
- El día del vuelo llegue al aeropuerto con tiempo suficiente. Beba mucha agua y considere la opción de llevar consigo medias de compresión y un aerosol nasal.



Lecturas complementarias y enlaces útiles

- **Sección sobre desplazamientos aéreos de la página web de la European Lung Foundation:**
www.europeanlung.org/airtravel
Acceda al índice de líneas aéreas para consultar las políticas de oxígeno, obtener información sobre la prueba de aptitud para volar, cómo obtener un certificado médico y cómo solicitar asistencia especial, así como para encontrar consejos prácticos.
- **Página web de la Unión Europea «Derechos de los pasajeros con movilidad reducida»:**
<https://europa.eu/youreurope/citizens/travel/transport-disability/reduced-mobility>
Obtenga información sobre sus derechos cuando se desplace dentro de la UE.
- **Tarjeta sanitaria europea:**
<http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=559>
Tarjeta gratuita que permite acceder a la atención sanitaria pública —necesaria por motivos médicos— durante una estancia temporal en cualquiera de los Estados miembros de la UE, además de Islandia, Liechtenstein, Noruega y Suiza, en las mismas condiciones y al mismo coste (la asistencia es gratuita en algunos países) que las personas aseguradas en ese país. También está disponible una aplicación para teléfonos inteligentes que contiene información exhaustiva para cada país incluido en el programa.

Cuéntenos cómo le fue sea cual sea su experiencia

Conocer sus experiencias nos ayuda a mejorar los consejos que damos a personas en su misma situación, así como a hacer comentarios a las líneas aéreas, aeropuertos y proveedores de oxígeno. Escríbanos a: info@europeanlung.org



ELF EUROPEAN
LUNG
FOUNDATION



ERS EUROPEAN
RESPIRATORY
SOCIETY

La European Respiratory Society (ERS) fundó la European Lung Foundation (ELF) con el objetivo de aunar a los pacientes, al público y a los profesionales en el aparato respiratorio para contribuir positivamente a la medicina respiratoria. La ELF se dedica a la salud pulmonar en toda Europa y reúne a los mejores expertos médicos europeos para proporcionar información a los pacientes y concienciar al público general sobre las enfermedades pulmonares.

Este material se ha compilado como parte del proyecto sobre desplazamientos aéreos con la ayuda de los Dres. Karl Sylvester, Matthew Rutter, Malcolm Weallans, Isabel Saraiva, Joy Wadsworth y Deborah Wellington.

Redactado en junio de 2018.