


# INTRODUZIONE

A black and white photograph of travel items. In the foreground, a spiral-bound notebook is open, with a compass resting on its left page. The compass is open, showing its face with cardinal directions. To the left of the notebook, a camera with a lens cap removed is visible. In the background, a map is spread out, showing various geographical features and place names like 'ROMA' and 'TUNIS'. A white pen is also visible on the right side of the map.

*Il mondo è un libro e chi non viaggia  
ne legge solo una pagina*

S. Agostino

E' vero, come scriveva Erodoto 2500 anni fa, che "viaggiando si impara". Da ogni viaggio si possono riportare esperienze e conoscenze da condividere con colleghi e amici o da utilizzare per il prossimo viaggio. E appena terminato un viaggio si vorrebbe ripartire perché non si finisce mai di imparare. Quella di viaggiare è diventata un'arte che appassiona molti ed ha un numero sempre maggiore di sostenitori. Ho pensato di raccogliere quanto ho appreso come medico e come viaggiatore e di presentarlo in forma di domande con risposte in modo da permettere agli smart travelers non solo di soddisfare le loro curiosità di viaggio ma anche di apprendere tante piccole informazioni utili ad aumentare le loro conoscenze in questo settore.

Prima di partire, scorriamo il libro e soffermiamoci sulla domande che affrontano argomenti utili per il nostro viaggio.

La risposta sarà per molti una conferma di quanto già conosciuto, ad altri darà la possibilità di acquisire nuove conoscenze da utilizzare durante il viaggio. Chi viaggia deve essere informato prima sui rischi per la propria salute e su come prevenirli. Lo smart traveler deve essere in grado di evitare problemi di salute che possono limitare i benefici del viaggio. Solo così potrà viaggiare di nuovo e mettere in valigia e portare a casa un numero sempre maggiore di souvenir.

Smart traveler sono tutti coloro che amano condividere le esperienze di viaggio e si attivano per invogliare amici e colleghi a viaggiare ponendo la dovuta attenzione alle problematiche della salute. Chi è ben informato è sempre più consapevole e più attento a tutelare la propria salute e quella degli altri.

Con questo libro intendo contribuire all'obiettivo della SIMVIM (Società Italiana di Medicina dei Viaggi e delle Migrazioni) di promuovere e di proteggere la salute di tutti coloro che vogliono apprendere l'arte di viaggiare.

Buon viaggio nella lettura.

*Alberto Tomasi*  
*presidente SIMVIM*