

## PREVENCIÓN para las embarazadas y para las mujeres que planean quedar embarazadas

Además de respetar las 4 E, las embarazadas y las mujeres que busquen quedar embarazadas pueden tomar las siguientes medidas de precaución para protegerse a sí mismas y a sus hijos por nacer del virus de Zika:

- Independientemente del trimestre de embarazo en el que se encuentren, se recomienda que las embarazadas posterguen todo viaje a las zonas donde exista posibilidad de transmisión del virus de Zika.
- Las embarazadas que efectivamente viajen a una de estas zonas deben consultar primero a su médico o a otro proveedor de atención médica y respetar estrictamente todas las medidas necesarias para evitar las picaduras de mosquito durante el viaje.
- Las embarazadas deben conversar sobre la posible exposición de sus parejas a los mosquitos y sobre los antecedentes de enfermedades similares al Zika.
- Las mujeres que busquen quedar embarazadas o que estén pensando en eso deben consultar a su proveedor de atención médica antes de viajar a las zonas mencionadas y respetar estrictamente todas las medidas necesarias para evitar las picaduras de mosquito durante el viaje.

## Obtenga más información sobre el virus de Zika

En caso de dudas o preguntas, comuníquese con su médico.

### Recursos locales, estatales y nacionales

Salud y Servicios Humanos del Condado de Dallas  
(214) 819-2115

[www.dallascounty.org/hhs](http://www.dallascounty.org/hhs)

Departamento de Servicios de Salud del Estado de Texas

(512) 458-7255

[www.dshs.state.tx.us](http://www.dshs.state.tx.us)

Centros de Control y Prevención de Enfermedades

(888) 246-2675 (inglés)

(888) 246-2857 (español)

(866) 874-2646 (TTY)

[www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)

# VIRUS DE ZIKA



*Aedes albopictus*

Los mosquitos *Aedes aegypti* y *Aedes albopictus* son agresivos picadores diurnos, con un pico en su actividad alimenticia al amanecer y al atardecer.



*Aedes aegypti*



# DCHHS

Safe families, healthy lives.

Dallas County Health and Human Services

2377 N. Stemmons Freeway

Dallas, Texas 75207

(214) 819-2000

Zachary Thompson, Director

## ¿Qué es el virus de Zika?

El virus de Zika se contagia a las personas por medio de la picadura de mosquitos. Los síntomas más frecuentes del virus de Zika son: fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones y conjuntivitis (ojos rojos).

La enfermedad suele ser moderada y presenta síntomas que duran de varios días a una semana. Es poco frecuente que la enfermedad se agrave y requiera hospitalización.

**Es necesario estar informado sobre el virus de Zika y no entrar en pánico.**

Es importante obtener información sobre el virus y las formas de evitar el contagio. Las medidas que adopte también contribuirán a brindarle protección contra otras enfermedades transmitidas por mosquitos.



## ¿Cómo se contagia el virus de Zika?

Si bien es cierto que se puede transmitir sexualmente, el virus de Zika se contagia a las personas principalmente por medio de la picadura de un mosquito infectado de la especie *Aedes*.

Los mosquitos suelen depositar huevos en aguas estancadas y cerca de ellas, en ciertos elementos tales como baldes, recipientes, comederos de animales, macetas y floreros. Son agresivos picadores diurnos, prefieren picar a las personas y viven tanto en interiores como en exteriores, cerca de la gente. Los mosquitos contraen la infección cuando se alimentan de una persona que ya está infectada con el virus. Entonces, los mosquitos infectados pueden contagiar el virus a otras personas por medio de las picaduras.

Una madre infectada con el virus de Zika que se encuentre próxima a la fecha de parto puede transmitirle el virus a su hijo al momento del nacimiento.

También es posible que el virus de Zika se transmita de la madre al feto durante el embarazo.



# ¿Cuáles son los síntomas del virus de Zika?

Aproximadamente una de cada cinco personas infectadas con el virus de Zika se enferma (es decir, desarrolla el virus de Zika).

Los síntomas más frecuentes del virus de Zika son: fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones y conjuntivitis (ojos rojos). Otros síntomas comunes pueden ser dolor muscular y dolor de cabeza.



La enfermedad suele ser moderada y presenta síntomas que duran de varios días a una semana. Es poco frecuente que la enfermedad se agrave y requiera hospitalización. Los fallecimientos producto del virus de Zika son muy poco frecuentes.

Consulte a su proveedor de atención médica si presenta estos síntomas y ha estado en una zona con prevalencia del virus de Zika.



# ¿Cómo se trata el virus de Zika?

**No hay vacunas ni medicamentos disponibles para evitar o tratar las infecciones provocadas por el virus de Zika.**

Para tratar los síntomas, es necesario:

- Descansar mucho.
- Tomar líquido para evitar la deshidratación.
- Tomar medicamentos, como acetaminofén o paracetamol, para aliviar la fiebre y el dolor.
- Evitar las aspirinas y otros medicamentos antiinflamatorios no esteroides (NSAID, por sus siglas en inglés), como el ibuprofeno y el naproxeno, hasta que se pueda descartar el dengue, a fin de reducir el riesgo de que se produzcan hemorragias. Si toma medicamentos para tratar otra afección médica, consulte a su proveedor de atención médica antes de tomar otros medicamentos.

# ¿Qué debo hacer si contraigo el virus de Zika?

**Si contrae el virus de Zika, evite las picaduras de mosquito durante la primera semana de la enfermedad.**

- Durante la primera semana de la infección, el virus de Zika se encuentra en la sangre, motivo por el cual puede transmitirse de una persona infectada a un mosquito por medio de la picadura.
- Luego, los mosquitos infectados pueden propagar el virus a otras personas.

# ¿Qué medidas está tomando el Condado de Dallas?

El Condado de Dallas dispone de un programa de **Control integrado de mosquitos** (IMM, por sus siglas en inglés) para poder controlar la población de mosquitos. El IMM utiliza varias técnicas, que incluyen las siguientes herramientas:



## Vigilancia

Se recolectan mosquitos a fin de determinar su ubicación, especie, cantidad y potencial de virus.

## Reducción de las fuentes

Se investigan y eliminan las fuentes de agua que representan hábitats propicios para la reproducción de mosquitos.

## Larvicidas

Se utilizan peces mosquito o productos aprobados por la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés) para matar las larvas de mosquito que se encuentran en aguas estancadas.

## Adulticidas

Se fumiga con productos aprobados por la EPA desde camiones y aviones con el objetivo de reducir las poblaciones de mosquitos.

## Concientización pública

Se informa a las personas mediante comunicados de prensa, campañas de información pública, sitios web, folletos y presentaciones.

## Protección personal

Se fomenta el cambio en los hábitos personales para reducir las picaduras de mosquito. Con esto, se hace referencia a **USTED** y a la forma en que puede protegerse y proteger a su familia y a su comunidad.

## ¡Defiéndase de los mosquitos!

# PREVENCIÓN

**TODOS deben protegerse usando las 4 E**

**Emplear repelente todo el día, todos los días**

- Siempre que esté al aire libre, utilice repelente para insectos que contenga DEET (N,N-dietil-meta-toluamida) u otro repelente aprobado por la EPA y siga las instrucciones.



**Elegir la vestimenta adecuada**

- Utilice indumentaria larga, holgada y de colores claros cuando esté al aire libre.



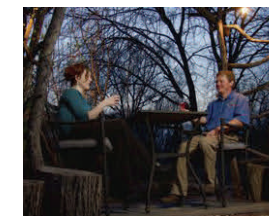
**Eliminar las concentraciones de agua**

- Elimine todo tipo de agua estancada que haya en su casa y alrededor de ella.
- Vacíe, elimine, tape o de vuelta a los recipientes que puedan albergar agua estancada (botellas, latas, llantas, baldes, floreros, etc.).
- Cambie varias veces por semana el agua de los comederos de animales, las piletas pequeñas y los bebederos para aves.



**Evitar las actividades en determinados horarios**

- Restrinja las actividades al aire libre al amanecer y al atardecer, cuando los mosquitos están más activos.



**Además de las 4 E, quienes viajen pueden protegerse de la siguiente manera:**

- Elegir un hotel o un alojamiento con aire acondicionado o con mosquitero en puertas y ventanas.
- Colocar mosquiteros sobre la cama si se encuentra al aire libre o en una habitación que no tenga buena protección.

**Además de utilizar la 4E, a modo de protección, las parejas pueden evitar mantener relaciones sexuales o utilizar preservativos todo el tiempo y de manera correcta durante el acto sexual.**