

## 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 del Zika:

- Las mujeres infectadas con el virus del Zika durante el embarazo pueden transmitir el virus al feto, lo que podría provocar graves defectos de nacimiento, incluso microcefalia.
- 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 del Zika. En caso de que sea necesario viajar a una de estas zonas, deben consultar primero a su médico o a otro proveedor de atención médica y respetar estrictamente todas las medidas para evitar las picaduras de mosquito durante el viaje.
- Las embarazadas deben practicar sexo seguro o abstenerse de mantener relaciones sexuales durante el tiempo que le reste al embarazo para evitar cualquier posible exposición al Zika.

## Obtenga más información sobre el virus del Zika

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

### Recursos locales, estatales y nacionales

Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de Dallas

(214) 819-2000

<http://www.dallascounty.org/department/hhs/zika.html>

Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas

(512) 458-7255

<http://www.texaszika.org/>

Centros de Control y Prevención de Enfermedades

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

# VIRUS DEL 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

## ¿Qué es el virus del Zika?

Zika es una enfermedad causada por el virus del Zika que se contagia a las personas principalmente por medio de la picadura de un mosquito infectado de la especie *Aedes*. Los síntomas más frecuentes del virus del 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. Durante este periodo, la persona infectada tiene suficiente cantidad de virus en la sangre para infectar a un mosquito local en caso de que la pique.

**¡Recuerde que el Zika se puede prevenir!**

Es importante obtener información sobre el virus y las formas de evitar el contagio para protegerse y proteger a su familia del Zika y de otras enfermedades transmitidas por el mosquito.



## ¿Cómo se contagia el virus del 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 *Aedes* necesitan muy poca cantidad de agua estancada para depositar los huevos. Los lugares en los que suelen reproducirse los mosquitos incluyen baldes, bebederos para aves, comederos de animales, macetas y neumáticos. 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 infectada. Entonces, los mosquitos infectados pueden contagiar el virus a otras personas por medio de las picaduras.

Es posible prevenir la transmisión sexual del Zika si se practica sexo seguro o se evita mantener relaciones sexuales durante un determinado periodo después de la exposición al virus. Los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan mantener esta práctica durante 8 semanas en el caso de las mujeres y 6 meses en el caso de los hombres.

La madre puede transmitir el virus del Zika al feto durante cualquier etapa del embarazo. El contagio del Zika en el caso de un feto ha sido vinculado a graves defectos de nacimiento, incluso daño cerebral y microcefalia.



# ¿Cuáles son los síntomas del virus del Zika?

Aproximadamente 1 de cada 5 personas infectadas con el virus del Zika manifiestan síntomas de esa enfermedad.

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. Son aún menos frecuentes los fallecimientos producto de la enfermedad.



Si manifiesta síntomas del Zika después de estar en una zona con presencia activa de Zika o de mantener relaciones sexuales sin protección con alguien que haya visitado recientemente una zona afectada por el Zika, consulte de inmediato a su proveedor de atención médica sobre el examen para detectar la infección provocada por el Zika.



# ¿Cómo se trata el virus del Zika?

**En este momento, no hay vacunas ni medicamentos disponibles para evitar o tratar las infecciones provocadas por el virus del 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 sin 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 del Zika?

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

- Durante la primera semana de la infección, el virus del Zika se encuentra en la sangre, motivo por el cual puede transmitirse de una persona infectada a un mosquito por medio de la picadura.
- Un mosquito infectado puede propagar el virus a otras personas.
- Practique sexo seguro durante 8 semanas en el caso de las mujeres y 6 meses en el caso de los hombres para evitar la transmisión sexual del Zika.

# ¿Qué está haciendo el Condado de Dallas?

El Condado de Dallas dispone de un programa de **Control integral de mosquitos** para poder controlar la población de mosquitos. El programa utiliza varias técnicas, que incluyen las siguientes herramientas:



## **Vigilancia**

Se recolectan mosquitos a fin de determinar su ubicación, especie, cantidad y potencial del 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-dietilmeta-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 voltee boca abajo los recipientes que puedan albergar agua estancada (botellas, latas, neumáticos, baldes, flores, juguetes, 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.