

Zika (también conocido como la enfermedad del virus Zika) es una enfermedad causada por un virus que mayormente es propagado por mosquitos. Se ha encontrado en áreas de África, el sureste de Asia, las islas del Pacífico y en las Américas (visite a CDC.gov para aprender cuales países están afectados en este momento). El tipo de mosquito que propaga Zika se encuentra en muchas partes del mundo, así que es probable que habrá brotes en nuevas áreas.

LOS SÍNTOMAS

- Fiebre
- Dolor en las coyunturas
- Ojos rojos (conjuntivitis)
- Sarpullido
- Dolor de cabeza
- Dolor de músculos

Los síntomas empiezan de 2 a 7 días después de ser picado por un mosquito infectado. La mayoría de las personas que se enferman con Zika tienen síntomas leves. Solo 1 de cada 5 personas infectadas con el virus de Zika tiene síntomas.

Unas pocas personas con Zika manifiestan el síndrome de Guillan-Barré (que causa debilidad o parálisis en los músculos).

EL TRATAMIENTO

No hay tratamiento para Zika. Si le da el Zika, puede tomar medicinas para reducir la fiebre y para sentirse mejor. También debe descansar y tomar muchos líquidos. La mayoría de las personas con el virus de Zika se mejoran en una semana.

COMO SE PROPAGA

Usted se puede infectar con Zika si le pica un mosquito infectado. Los mosquitos se infectan cuando pican a una persona con el virus de Zika. Luego pueden propagar el virus a los demás por las picaduras.

El virus de Zika también se puede propagar de madre a hijo durante el embarazo o al momento del parto. Los bebés que nacen de madres que tuvieron Zika cuando estaban embarazadas tienen más riesgo de tener problemas como cabezas pequeñas (microcefalia) o defectos cerebrales. Los expertos están advirtiendo a las mujeres embarazadas y las que quieren embarazarse que no deben viajar a países con Zika. Visite a www.cdc.gov/spanish/especialesCDC/saludviajero.html para aprender cuales países están afectados.

También el virus de Zika se puede propagar por las relaciones sexuales (vaginal, anal y oral y por medio de los juguetes de sexo). Aunque no tiene síntomas, si su cuerpo está infectado con Zika, podría propagar el virus a sus parejas sexuales.

En Carolina del Norte existe el tipo de mosquito que propaga el virus de Zika. Sin embargo, a partir de julio 2018, no ha habido ningún caso de Zika propagado por los mosquitos en Carolina del Norte.

PREVENCIÓN DE ZIKA – LEA EL REVERSO DE LA HOJA

LA PREVENCIÓN

Las mujeres que están embarazadas o que quieren embarazarse deben hablar con su doctor y tal vez posponer sus viajes a áreas donde se encuentra Zika. Visite a cdc.gov/spanish/especialesCDC/saludviajero.html para aprender cuales países están afectados.

Evite que le Piquen los Mosquitos

No hay vacuna ni drogas para prevenir Zika. La mejor manera de prevenirlo es evitar que le piquen los mosquitos:

- Use repelentes contra los mosquitos en la piel expuesta. Siga las instrucciones del fabricante.
- Vístase con camisas de manga larga y pantalones largos, si puede. Trate o compre ropa tratada con el repelente permetrina.
- Use aire acondicionado o ventiladores en vez de abrir las ventanas.
- Solo abra las ventanas y puertas que tienen mosquiteros.
- Use mosquiteros sobre las camas si hay mosquitos en los dormitorios.
- Prevenga que los mosquitos se reproduzcan alrededor de su casa (vea abajo)

Prevenga la Propagación de Zika por el Sexo

Mujeres que planean viajar a un área del mundo con Zika deben hablar con su doctor si están pensando embarazarse.

Mujeres embarazadas

Las mujeres embarazadas con parejas que viven en o viajan a áreas donde se encuentra el virus de Zika, no deben tener relaciones sexuales o deben usar una barrera (condones, condones para mujeres, barreras de látex para sexo oral) durante el embarazo y no deben compartir juguetes de sexo. Use la barrera cada vez que tiene sexo vaginal, oral o anal.

Los demás

- Personas que viajan a áreas con Zika deben usar una barrera o no deben tener sexo al menos por:
 - 2 meses después de regresar de un área con Zika si el viajero es mujer, aun si no tiene síntomas, o después de estar diagnosticado con Zika
 - 3 meses después de tener Zika o síntomas de Zika si el viajero es hombre, aun si no tiene síntomas, o después de estar diagnosticado con Zika (el virus de Zika queda en el semen más tiempo que en otros fluidos del cuerpo)
- Si vive en un área con Zika y no se ha enfermado, usted debe usar una barrera cada vez que tiene sexo o abstenerse del sexo si le preocupa enfermarse o propagar el Zika por medio del sexo.

Evite que los Mosquitos se Reproduzcan alrededor de su Casa:

- **Vacíe y bote agua estancada 2 veces por semana.** Algunos mosquitos necesitan poca agua estancada para poner sus huevos. Los huevos salen en pocos días y crecen a adultos en 2 semanas. Vacíe cosas que atrapan una pulgada o más de agua durante las lluvias, como baños para pájaros, recipientes de agua para mascotas, macetas, desagües (canalones), baldes y piscinitas de plástico. Si no puede vaciar el agua, trátelo con “Mosquito Dunks” que mata los huevos de los mosquitos pero que es seguro para personas y animales. Siga las instrucciones del fabricante.
- **Guarde adentro o bote cosas que colectan agua** como llantas, basureros y reciclaje sin tapas, basura tirada, lonas, juguetes, etc.
- **Ponga mosquiteros** en las puertas y ventanas que quedan abiertas. Cubra los barriles de lluvia, lanchas y botes con malla mosquitero.
- **Compre peces que comen huevos de mosquitos** para las lagunas y estanques. No los ponga en agua que drena a arroyos ni ríos porque pueden hacer daño a otros peces o animales.