

# ¿ESTÁ EMBARAZADA?

## Lea esto antes de viajar

### Lo que sabemos sobre el virus del Zika

- El virus del Zika puede pasar de la madre al feto durante el embarazo.
- La infección por el virus del Zika durante el embarazo puede causar ciertos defectos congénitos en los bebés.
- El virus del Zika se propaga principalmente por la picadura de un mosquito *infectado de la especie Aedes aegypti o Aedes albopictus*.
  - » Estos mosquitos pican durante el día y la noche.
- No hay una vacuna para prevenir la infección por el virus del Zika ni medicamentos para tratarla.
- El virus del Zika se puede transmitir de una persona infectada a sus parejas sexuales durante las relaciones sexuales.



### Lo que no sabemos sobre el virus del Zika

- Si existe un periodo seguro durante el embarazo para viajar a áreas con riesgo de Zika.
- Si viaja y se infecta, qué probabilidad hay de que el virus infecte al feto y si su bebé tendrá defectos congénitos por la infección.

### Aviso para viajeros

Los CDC han emitido un aviso para viajeros (nivel 2, intensifique las precauciones) dirigido a las personas que viajen a áreas con un brote de Zika (áreas rojas en el mapa de Zika).

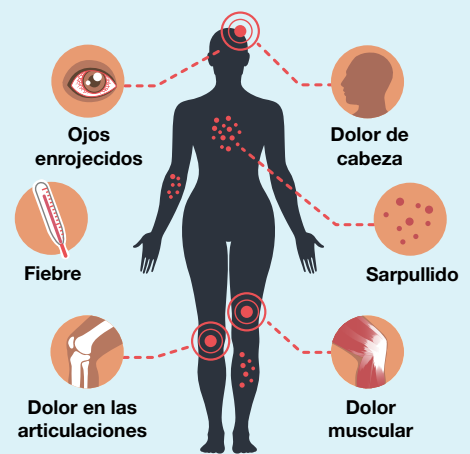
- Para obtener una lista actual de los lugares con brotes de Zika, consulte el sitio web de los CDC "Salud del viajero": <http://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-information>.

### Síntomas del Zika

La mayoría de las personas con el virus del Zika ni siquiera saben que lo tienen. La enfermedad, por lo general, es leve con síntomas que duran desde varios días hasta una semana.

Los síntomas más comunes del Zika son:

- Fiebre
- Sarpullido
- Dolor de cabeza
- Dolor en las articulaciones
- Ojos enrojecidos
- Dolor muscular



U.S. Department of  
Health and Human Services  
Centers for Disease  
Control and Prevention

# Los CDC recomiendan que las mujeres embarazadas y las que estén tratando de quedar embarazadas tomen precauciones especiales

## ¿Está embarazada?

Las mujeres embarazadas no deben viajar a áreas con brotes de zika (áreas rojas en el mapa de zika).

Las mujeres embarazadas deben hablar con su médico y considerar cuidadosamente los riesgos y las posibles consecuencias del viaje antes de viajar a áreas que tengan riesgo de zika (áreas moradas en el mapa de zika).

Las mujeres embarazadas y sus parejas sexuales deberían seguir estrictamente las medidas para evitar las picaduras de mosquitos.

Si tiene una pareja sexual que vive en un área con zika o que viaja a ella, debería usar condones de principio a fin cada vez que tenga relaciones sexuales o no tener relaciones sexuales durante el embarazo.

Si presenta síntomas de la enfermedad por el virus del Zika, consulte de inmediato a un proveedor de atención médica para que le hagan pruebas de detección.

## ¿Está tratando de quedar embarazada?

Las parejas que estén tratando de quedar embarazadas deben hablar con su médico y considerar cuidadosamente los riesgos y las posibles consecuencias de viajar antes de ir a áreas con un brote de zika (áreas rojas en el mapa) o a otras áreas con riesgo de zika (áreas moradas en el mapa de zika).

Las mujeres que estén tratando de quedar embarazadas y sus parejas deberían seguir estrictamente las medidas para evitar las picaduras de mosquitos y la transmisión sexual del virus.

Hable con su proveedor de atención médica sobre sus planes de quedar embarazada.

## Su mejor protección: evitar las picaduras de mosquitos

### Ropa

Use camisas de manga larga y pantalones largos.

- Trate la ropa y los equipos con permetrina o compre artículos tratados con permetrina.
  - » La ropa tratada conserva la protección después de muchos lavados. Vea la información del producto para saber cuánto durará la protección.

Si usted misma hará el tratamiento, siga las instrucciones del producto cuidadosamente.

- NO aplique productos con permetrina directamente sobre la piel. Estos productos son para tratar la ropa.



### Protección en interiores

- Permanezca en lugares con aire acondicionado o que tengan mallas o telas metálicas en las puertas y ventanas para evitar que entren los mosquitos.
- Duerma bajo un mosquitero en caso de que no tenga aire acondicionado ni cuartos con mallas o telas metálicas en las puertas y ventanas, o si duerme afuera.



### Repelentes

Use repelentes de insectos registrados en la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés). Cuando se usan de acuerdo con las instrucciones, estos repelentes de insectos son seguros y eficaces para las mujeres embarazadas y las que estén amamantando.

- Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto.
- Vuelva a aplicárselo según se indique.
- No aplique repelentes en la piel debajo de la ropa.
- Si también usa filtro solar, aplíquese el filtro solar antes del repelente de insectos.
- Use un repelente que contenga uno de los siguientes ingredientes activos: DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol, o 2-undecanona.

