



## Prevenga las enfermedades transmitidas por mosquitos Empleados de líneas de cruceros

### ¿Qué son las enfermedades transmitidas por mosquitos?

Las enfermedades transmitidas por mosquitos son las que se contraen a través de la picadura de un mosquito infectado. Estas incluyen el zika, el virus del Nilo Occidental, la malaria, el dengue, el chikunguña y la fiebre amarilla.

### ¿Cuál es la gravedad de las enfermedades transmitidas por mosquitos?

La gravedad y duración del cuadro dependen del tipo de enfermedad transmitida por mosquitos, y pueden diferir de una persona a otra. Las personas infectadas pueden o no enfermarse. Algunas pueden tener un cuadro leve que dura poco tiempo, mientras que otras pueden desarrollar una enfermedad grave o que dura mucho tiempo. Algunas enfermedades transmitidas por mosquitos pueden ser mortales. Además, las mujeres embarazadas infectadas pueden transmitir el zika a su feto, lo que puede causar ciertos defectos de nacimiento.

### ¿Qué situaciones suponen un riesgo para los empleados?

Cualquiera que trabaje en un área con zika u otras enfermedades transmitidas por mosquitos o que viaje a un área afectada puede estar en riesgo. El riesgo para los empleados depende del lugar, el tipo de hábitat, la temporada y la hora del día. Hay diferentes especies de mosquitos que están presentes en diferentes lugares, tienen actividad en diferentes momentos (día o noche) y pueden transmitir diferentes enfermedades.

### ¿Qué pueden hacer los empleados para protegerse?

Hable con su médico acerca de sus planes de viaje. En algunos casos puede haber profilaxis o vacunas disponibles antes de viajar a áreas con mosquitos infectados.

Reduzca el riesgo de picaduras de mosquitos mientras trabaja al aire libre y no cuando ya es tarde:

- Use camisas de mangas largas y pantalones largos tanto como sea posible.
  - Si el clima es cálido, use ropa holgada y liviana.
- Use repelente de insectos sobre la piel expuesta.
  - Para la piel expuesta y la ropa, use repelentes que contengan DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol, o 2-undecanol.
  - Para la ropa y los equipos, use permetrina según las indicaciones. No lo aplique directamente sobre la piel.
  - Siga las instrucciones de la etiqueta para todos los productos utilizados.
- Lleve otro repelente cuando baje del barco.

Si tiene síntomas de una enfermedad transmitida por mosquitos (fiebre, sarpullido o dolor muscular/en las articulaciones):

- Repórtelo rápidamente a su supervisor y pida atención médica.

Si está embarazada o planea quedar embarazada:

- Hable con su supervisor acerca de sus asignaciones de trabajo al aire libre.
- Hable con su médico acerca de sus planes de viaje.
- Las mujeres embarazadas no deben viajar a áreas con zika.

Como una persona infectada con zika puede contagiar a sus parejas durante los encuentros sexuales, si una integrante de la pareja está embarazada o podría quedar embarazada y estarán en un área con zika:

- Hable con su supervisor acerca de sus asignaciones de trabajo al aire libre.
- Use condón para reducir el riesgo de infectar a su pareja si tienen relaciones sexuales por vía vaginal, anal y oral.

### Para obtener más información

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, [www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika) y [wwwnc.cdc.gov/travel](http://wwwnc.cdc.gov/travel)
- Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional, [www.cdc.gov/niosh/topics/outdoor/mosquito-borne](http://www.cdc.gov/niosh/topics/outdoor/mosquito-borne)