

## **Prevención del virus del Zika: Resumen para el público en general de Puerto Rico (2:36)**

Estas son algunas medidas eficaces que puede tomar para protegerse, proteger a su familia y a su comunidad contra la transmisión del virus del Zika.

**CÚBRASE y USE REPELENTE**

**ELIMINE EL AGUA ACUMULADA**

**EVITE QUE LOS MOSQUITOS ENTREN A SU CASA, y**

si está embarazada y tiene relaciones sexuales, **USE CONDONES.**

TODAS estas medidas son necesarias. Si se repiten según las recomendaciones, estas medidas le ayudarán a protegerse, a proteger a su familia y a su comunidad contra el zika.

**CÚBRASE y USE REPELENTE** para evitar las picaduras de mosquito.

Use camisas de manga larga, pantalones largos y medias.

Use repelente de mosquitos, y Duerma debajo de un mosquitero y cubra la cuna y el cochecito del bebé con un mosquitero.

**DESHÁGASE DE LOS RECIPIENTES CON AGUA ACUMULADA** para eliminar los lugares donde los mosquitos pueden descansar y poner huevos.

Vacíe el agua acumulada por lo menos una vez a la semana y restriegue los recipientes para eliminar los huevos de mosquitos.

Cubra los recipientes para que no acumulen agua cuando llueva.

Tire la basura y los recipientes que no utiliza y que estén acumulando agua.

**EVITE QUE LOS MOSQUITOS ENTREN A SU CASA**

Use mallas metálicas o escrines en las ventanas y puertas.

Una vez a la semana, vacíe y restriegue los recipientes que estén dentro de su casa y que tengan agua, como floreros y bases de macetas.

y Use un nebulizador o insecticida en aerosol para matar los mosquitos en interiores.

El virus del Zika se queda en el cuerpo por un tiempo, y un hombre puede transmitirlo a su pareja sexual por el semen. Si está embarazada, el zika puede afectar su embarazo.

Si está embarazada, use un condón cada vez que tenga relaciones sexuales con un hombre.

Use un condón en forma correcta cada vez que tenga relaciones para evitar la transmisión del virus del Zika.

Usar un condón puede protegerla durante el embarazo.

**SI NO ESTÁ EMBARAZADA, y no está tratando de quedar embarazada, hable con su proveedor de atención médica sobre los métodos anticonceptivos eficaces.**

El zika puede causar miedo, pero recuerde que usted puede tomar medidas para protegerse, proteger a su familia y a su comunidad contra la transmisión del virus del Zika.

**CÚBRASE y USE REPELENTE**

**ELIMINE EL AGUA ACUMULADA**

**EVITE QUE LOS MOSQUITOS ENTREN A SU CASA, y**

Si está embarazada y tiene relaciones sexuales, **USE CONDONES.**

Para obtener más información visite [espanol.cdc.gov/zika](http://espanol.cdc.gov/zika)