

ZIKA: PROTEGER A LOS TRABAJADORES DE ÁREAS EXTERIORES



Acercas del zika

- El zika se propaga principalmente a través de las picaduras de mosquitos infectados de la especie *Aedes* (*Ae. aegypti* y *Ae. albopictus*).
- El zika también puede transmitirse de una persona infectada a su pareja durante una relación sexual.
- Una mujer embarazada puede transmitir el zika a su feto, lo que puede resultar en defectos de nacimiento graves.
- Mucha gente infectada con zika no tiene síntomas o solo tiene síntomas leves. Los síntomas más comunes son fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones y ojos enrojecidos. Otros síntomas incluyen dolor muscular y dolor de cabeza. Los síntomas pueden durar de unos días a una semana.



Trabajadores en riesgo

- Los trabajadores de áreas exteriores son propensos a las picaduras de los mosquitos.
- Si hay zika en el área, tienen mayor riesgo de contraer el virus.

Control y prevención

Recomendaciones para los empleadores

- Capacite a los trabajadores sobre los riesgos de las picaduras de mosquitos y cómo protegerse.
- Capacite a los supervisores y trabajadores sobre los síntomas del zika.
- Proporcione repelente de insectos con un ingrediente activo registrado por la EPA, como: DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol, o 2-undecanol y aliente su uso.
- Proporcione a los trabajadores, y aliéntelos a usar ropa que cubra las manos, brazos, piernas y otras áreas expuestas de la piel. Considere ofrecer sombreros con mallas mosquiteras para proteger el rostro y el cuello.
- Si el clima es cálido, aliente a los trabajadores a usar ropa holgada y liviana. Tome otras medidas para prevenir [enfermedades por el golpe de calor](#) (p. ej. beber más agua y tomarse descansos).
- Deseche o vacíe los elementos que puedan contener agua (como neumáticos, cubos, barriles) para reducir las áreas donde los mosquitos puedan poner huevos en el lugar de trabajo y sus alrededores.
- Si un miembro de su personal se lo solicita, analice la posibilidad de reasignar a cualquier mujer que indique que está o podría estar embarazada, o a cualquier miembro que tenga una pareja que podría estar embarazada, para que realicen tareas en entornos cubiertos para reducir su riesgo de picaduras de mosquitos.
- Garantice que todos los trabajadores reciban un examen médico rápido y adecuado, así como seguimiento, después de una posible exposición al virus del Zika.
- Analice las opciones para otorgar licencias durante la primera semana de la enfermedad.



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

Recomendaciones para los trabajadores

- Use repelente de insectos con un ingrediente activo registrado por la EPA, como: DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol, 2-undecanol. La permetrina puede aplicarse a la ropa y los equipos. Siga las instrucciones de la etiqueta.
- Si también usa protector solar, aplíquelo antes del repelente de insectos.
- Use ropa que cubra las manos, brazos, piernas y otras áreas expuestas de la piel. Use sombreros con malla mosquitera para proteger el rostro y el cuello.
- Si el clima es cálido, use ropa holgada y liviana. Tome otras medidas para prevenir [enfermedades por el golpe de calor](#) (como beber más agua y tomarse descansos).
- Deseche los elementos que puedan contener agua estancada (como neumáticos, cubos, barriles) para reducir los lugares donde los mosquitos puedan poner huevos.
- Hable con su supervisor sobre las tareas asignadas al aire libre si usted o su pareja está embarazada o podría estarlo. Vea [Zika y el embarazo](#) y [Zika y la transmisión sexual](#) para obtener más información.
- Si tiene síntomas de zika, consulte a su médico u otro proveedor de atención médica y comuníquese sobre su contacto con los mosquitos.



Recomendaciones adicionales para las operaciones de control de los mosquitos

- Los trabajadores que ingresan a áreas con mosquitos pueden necesitar una mayor protección de la piel para evitar las picaduras. Los empleadores deben considerar ofrecer más ropa de protección y/o usar repelente de insectos para cubrir por completo la piel expuesta.
- Los trabajadores que mezclan, cargan, aplican o llevan a cabo otras tareas que incluyen insecticidas de un área extensa (o de un área) pueden necesitar mayor protección para evitar o reducir la exposición a los químicos peligrosos.
- Los empleadores deben cumplir con los requisitos vigentes en las normas PPE de OSHA (29 CFR 1910 Subparte I), entre otros requisitos de OSHA.
- En el caso de los trabajadores que llevan a cabo tareas de control de mosquitos que requieran respiradores, los empleadores deben cumplir con la selección, autorización médica y prueba de ajuste del respirador así como también con otros requisitos de la norma sobre protección respiratoria de la OSHA ([29 CFR 1910.134](#)).

Trabajadores con zika confirmado o presunto

- No existe un medicamento específico para tratar el zika.
- Descanse bien.
- Tomar líquido para prevenir la deshidratación.
- Tomar medicamentos como acetaminofeno para bajar la fiebre y aliviar el dolor.
- No tomar aspirina ni otros medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINE).
- Si está tomando medicamentos para otra afección, hable con su proveedor de atención médica antes de tomar otros medicamentos.
- Para ayudar a prevenir que se enfermen otras personas, siga estrictamente las medidas de prevención de picaduras de mosquitos durante la primera semana de la enfermedad.
- Para evitar la transmisión a la pareja a través del contacto sexual, absténgase de tener actividad sexual por vía vaginal, anal y oral o use condones. Vea [El zika y la transmisión sexual](#) para obtener más información.

Para obtener más información

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, www.cdc.gov/zika

Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional, www.cdc.gov/niosh/topics/outdoor/mosquito-borne/zika.html

Administración de Salud y Seguridad Ocupacional, www.osha.gov/zika/