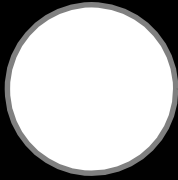




GUÍA para los Ministros de Salud

Unir ciencia y comunidad para la salud



Lo que sabemos

- ' El zika puede causar defectos de nacimiento severos.
- ' No existe una vacuna para prevenir el zika.
- ' El zika se transmite principalmente a través de las picaduras de mosquitos. Las personas pueden protegerse del zika si evitan las picaduras de mosquitos (ver a continuación).
- ' Los mosquitos que transmiten el virus del Zika pican principalmente durante el día, aunque también lo hacen de noche.
- ' El zika se puede transmitir a través de las relaciones sexuales con una pareja infectada.
- ' El uso del condón puede reducir el riesgo de contraer el zika por vía sexual.

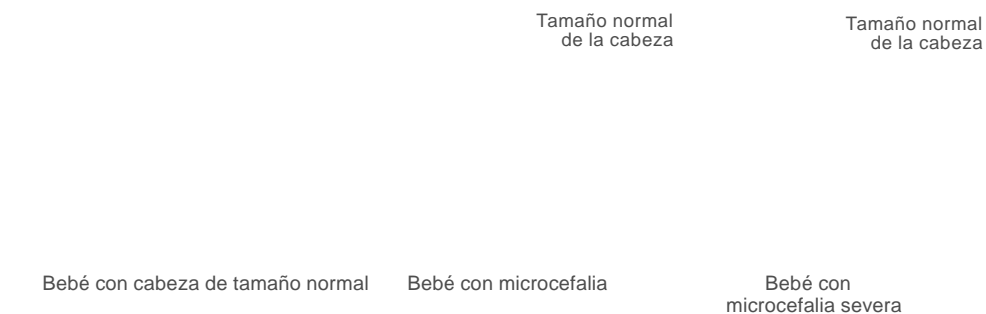
Sobre el zika

Como ministro de salud, usted ocupa un lugar extraordinariamente importante en su comunidad. Los ministros de salud suelen tener una valiosa perspectiva de la cultura local y ganarse la confianza de los miembros de la comunidad. Pueden servir, incluso, como punto de contacto primario de los miembros de la comunidad, para cuestiones de salud. Esta guía está diseñada para apoyarlos en su labor de ayudar a la comunidad a que conozcan acerca del zika.

El virus del Zika se transmite a las personas, principalmente, a través de la picadura de un mosquito *Aedes aegypti* o *Aedes albopictus* infectado. Esta especie de mosquito vive en algunas regiones de los Estados Unidos. Un mosquito se infecta cuando pica a una persona ya infectada con el virus. Una vez infectado el mosquito, este puede transmitir el virus a las personas que pique.

Los ministros de salud y sus comunidades deben preocuparse por la infección por zika durante el embarazo, ya que los bebés nacidos de mujeres que se infectaron con el virus del Zika estando embarazadas pueden presentar microcefalia y otros daños cerebrales severos. La microcefalia es una afección en la cual la cabeza del bebé es mucho más pequeña de lo normal. Durante el embarazo, la cabeza del bebé aumenta de tamaño porque el cerebro crece. La microcefalia puede ocurrir porque el cerebro del bebé no se ha desarrollado correctamente durante el embarazo. Los bebés con microcefalia pueden tener otros problemas de salud, dependiendo de la gravedad de la microcefalia. Estos problemas pueden variar desde leves hasta graves, y con frecuencia duran toda la vida. En algunos casos, estos problemas pueden poner en peligro la vida.

Bebés con microcefalia



La mayoría de las personas infectadas con zika no presenta síntomas o solo presenta síntomas leves. Los síntomas más comunes del zika son fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones y conjuntivitis (ojos enrojecidos). La enfermedad, por lo general, tiene síntomas leves que pueden durar algunos días, hasta una semana después de que un mosquito infectado haya picado a la persona. Por lo general, el cuadro no es lo suficientemente grave como para ir al hospital, y es muy poco frecuente que se produzca la muerte a causa del zika. Es por esta razón que puede ocurrir que mucha gente ni siquiera sepa que está infectada. Una vez que una persona ha sido infectada, es muy probable que sea inmune a futuras infecciones.

CÓMO SE TRANSMITE EL ZIKA

A TRAVÉS DE LAS PICADURAS DE MOSQUITOS

- El virus del Zika se propaga entre las personas principalmente a través de la picadura de un mosquito infectado de la especie (*Ae. aegypti* y *Ae. albopictus*). Estos son los mismos mosquitos que transmiten los virus del dengue (www.cdc.gov/dengue/) y chikunguña (www.cdc.gov/chikungunya/).
- Estos mosquitos suelen depositar sus huevos en recipientes con agua estancada, como cubos, cuencos, platos de animales, macetas y floreros. Tienen a picar a las personas y viven cerca de ellas en lugares cerrados o al aire libre.
- Los mosquitos que transmiten zika, dengue y chikunguña pican más durante el día. Pero también pueden hacerlo por la noche.
- Los mosquitos se infectan cuando se alimentan de la sangre de una persona ya infectada con el virus. Los mosquitos infectados pueden propagar el virus mediante la picadura a otras personas.

DE MADRE A HIJO

- Una mujer embarazada que padece el zika puede transmitir el virus al feto durante el embarazo o al acercarse el momento del parto.
- Hasta el momento, no se han reportado casos de bebés que hayan contraído el virus del Zika a través de la lactancia materna. Dado los beneficios de la lactancia materna, se recomienda que las madres amamenten, incluso en las áreas con zika.

POR VÍA SEXUAL

- Solo las personas con parejas sexuales que vivan en un área con zika o que hayan viajado a un área afectada corren riesgo de contagiarse por vía sexual.
- Cualquier persona, ya sea hombre o mujer, puede transmitir el virus del Zika a sus parejas sexuales al mantener relaciones sexuales sin condón, aunque no presente síntomas.
- Use condón femenino o masculino, de principio a fin, siempre que tenga relaciones sexuales por vía vaginal, anal u oral (boca a pene).
- Las barreras bucales (pélculas de látex o poliuretano) pueden usarse para algunos tipos de sexo oral (boca a vagina o boca a ano).



TOME MEDIDAS PARA EVITAR LAS PICADURAS DE MOSQUITOS

- Use camisas de mangas largas y pantalones largos.
- Permanezca en lugares con aire acondicionado y mallas en ventanas y puertas para evitar la entrada de los mosquitos.
- Use repelentes de insectos registrados por la Agencia de Protección Ambiental (<https://www.epa.gov/insect-repellents>), que contengan uno de los siguientes ingredientes activos: DEET, picaridina, IR3535, o aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol. Se ha demostrado que estos repelentes de insectos son eficaces y seguros, incluso para las mujeres embarazadas y las que están amamantando.

PREVENIR EL ZIKA Y OTROS VIRUS TRANSMITIDOS POR PICADURAS DE MOSQUITOS.

EVITE VIAJAR A UN ÁREA CON ZIKA

Hasta que haya más información, los CDC recomiendan precauciones especiales para las mujeres embarazadas. Las mujeres embarazadas no deben viajar a áreas con zika. Si una mujer embarazada debe viajar a alguna de estas áreas, debe hablar primero con su proveedor de atención médica y seguir estrictamente las medidas para evitar las picaduras de mosquitos durante el viaje. Los ministros de salud pueden alentar a las mujeres embarazadas a que sigan este consejo

PREVENIR EL ZIKA DESPUÉS DE UN VIAJE

4 formas de detener la transmisión



PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN, VISITE CDC.GOV/TRAVEL

TOMAR MEDIDAS PARA EVITAR CONTAGIARSE DE ZIKA POR VÍA SEXUAL.

- Solo las personas cuyas parejas sexuales viajaron a un área con zika o viven en ella están en riesgo de contraer el virus a través de las relaciones sexuales. El período de tiempo durante el que se recomienda usar condones y barreras bucales o evitar tener relaciones sexuales varía en función de las circunstancias e inquietudes de la pareja.
- Las parejas que están esperando un hijo y uno de sus integrantes viajó a un área con zika o vive en ella, deben usar condón, de principio a fin, siempre que tengan relaciones sexuales, o abstenerse de tener sexo durante el embarazo.
- Las mujeres embarazadas que estén preocupadas porque su pareja puede tener o haber tenido zika, debe consultar de inmediato a su proveedor de atención médica. Esto incluye determinar la presencia de síntomas, antecedentes de viajes, el tiempo que la pareja permaneció en un área con transmisión actual del zika, si tomó medidas para prevenir las picaduras de mosquitos y si han mantenido relaciones sexuales sin condón desde su regreso.
- Las parejas que no están esperando un hijo, pero que les preocupa contraer el zika a través de las relaciones sexuales, pueden considerar el uso del condón siempre que tengan sexo vaginal, anal y oral o pueden abstenerse de mantener relaciones sexuales.

Para el caso de las parejas con un integrante que viajó a un área con zika o vive en ella:

- Las mujeres diagnosticadas con zika o que tengan (o hayan tenido) síntomas, deben considerar el uso del condón o abstenerse de tener sexo durante **8 semanas**, como mínimo, a partir de la aparición de los síntomas.
- Los hombres que tienen (o hayan tenido) síntomas del zika, deben considerar el uso del condón o abstenerse de tener sexo durante **6 meses**, como mínimo, a partir de la aparición de los síntomas. Este período más prolongado se debe a que el zika permanece en el semen durante más tiempo que en otros líquidos corporales.
- Los hombres y las mujeres que hayan viajado a áreas con zika, aunque no desarrollen síntomas, deben considerar el uso del condón o abstenerse de tener sexo durante **8 semanas**, como mínimo, a partir de su regreso.
- Si algunos de los integrantes de la pareja vive en un área con zika y nunca ha desarrollado síntomas, la pareja debe considerar el uso del condón o no tener relaciones sexuales mientras haya zika en la región.

EMBARAZO Y CONCEPCIÓN DURANTE EL BROTE DE ZIKA

PAREJAS QUE ESPERAN UN HIJO

Cualquier persona, ya sea hombre o mujer, puede transmitir el virus del Zika a su pareja durante las relaciones sexuales por vía vaginal, anal u oral o al compartir juguetes sexuales. Solo las personas cuyas parejas sexuales hayan viajado a un área con zika o viven en ella están en riesgo de contraer el virus del zika a través de las relaciones sexuales.

El zika representa mayor riesgo para las mujeres embarazadas y aquellas que puedan quedar embarazadas estando infectadas. Una mujer embarazada puede transmitirle el virus del Zika a su feto durante el embarazo. El zika provoca microcefalia y otros daños cerebrales severos. Se está estudiando el alcance total de otros posibles problemas de salud que puede provocar la infección por el virus del Zika durante el embarazo.

- Las mujeres embarazadas que hayan viajado recientemente a un área con zika deben hablar con su médico o proveedor de atención médica acerca del viaje, aunque no se sientan enfermas.

- Las mujeres embarazadas deben ver a un médico o proveedor de atención médica si presentan fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones o enrojecimiento de los ojos, durante el viaje o durante las 2 semanas posteriores a su regreso de un área con zika. Deben informar a su médico o proveedor de atención médica dónde viajaron.

Debido a la relación que existe entre el zika y los defectos de nacimiento, las mujeres embarazadas cuya pareja ha viajado a un área con zika o vive en ella, deben tomar medidas para evitar la infección. Deben usar condón y barreras bucales siempre que tengan sexo vaginal, anal y oral o abstenerse de mantener relaciones sexuales durante el embarazo.

El hecho de no tener sexo puede eliminar el riesgo de contraer el zika por esta vía.



PAREJAS INTERESADAS EN TENER HIJOS

Para las mujeres y los hombres diagnosticados con zika o que presenten síntomas de esta enfermedad (fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones o enrojecimiento de los ojos), tras una posible exposición al virus, los CDC recomiendan que:

- Las mujeres deben esperar 8 semanas, como mínimo, después de la aparición de los síntomas, para intentar quedar embarazadas.
- Los hombres deben esperar 6 meses, como mínimo, después de la aparición de los síntomas para intentar embarazar a su pareja.
- Tanto los hombres como las mujeres deben usar correctamente el condón siempre que tengan sexo vaginal, anal y oral o abstenerse de tener relaciones sexuales, durante este período, si les preocupa la posibilidad de transmitir el virus del Zika a sus parejas sexuales.

Los hombres y las mujeres que no tengan síntomas del virus del Zika, pero tuvieron una posible exposición a la enfermedad, por un viaje reciente o por contacto sexual, deben esperar 8 semanas, como mínimo, después de la posible exposición, antes de intentar un embarazo. Los hombres y las mujeres sin síntomas del virus del Zika, que viven en un área con transmisión activa del zika, deben hablar con sus proveedores de atención médica si tienen planes de embarazo durante un brote del virus del Zika, acerca de los posibles riesgos del zika y cómo pueden prevenir la infección por el virus del Zika durante el embarazo. Las decisiones acerca de la planificación de un embarazo son personales y complejas. Las circunstancias para cada mujer y su pareja varían, y tales circunstancias se abordan mejor si forman parte del cuidado clínico de una mujer y su pareja durante una consulta con un profesional de la salud de confianza.

SÍNTOMAS, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DEL ZIKA

SÍNTOMAS

- Muchas personas infectadas con el virus del Zika ni siquiera saben que tienen la enfermedad porque no presentan síntomas. En aquellos que la padecen, la enfermedad suele cursar con síntomas leves que pueden durar algunos días, hasta una semana, después de que un mosquito infectado haya picado a la persona.
- Los síntomas más comunes son fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones o conjuntivitis (ojos enrojecidos). Otros síntomas comunes son dolor muscular y dolor de cabeza. Se desconoce el tiempo que transcurre entre la exposición y la aparición de los síntomas del Zika, pero es probable que sea de varios días a una semana.
 - Las mujeres embarazadas que presenten fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones u ojos enrojecidos durante las 2 semanas posteriores a un viaje a una región con Zika, deben consultar a su médico u otro proveedor de atención médica y contarle acerca de su viaje reciente.
- Por lo general, el cuadro no es lo suficientemente grave como para ir al hospital, y es muy poco frecuente que se produzca la muerte a causa del Zika.

DIAGNÓSTICO

- Los síntomas del Zika pueden ser similares a los de otras enfermedades.

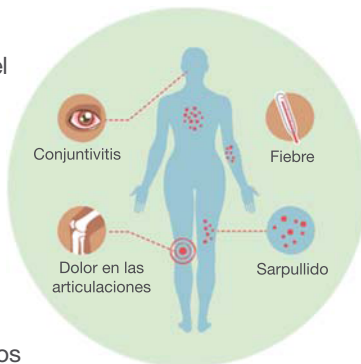
SI TIENE EL VIRUS DEL ZIKA, EVITE QUE OTROS SE ENFERMEN

- Durante la primera semana de la infección, el virus del Zika se encuentra en la sangre y puede transmitirse de una persona enferma a un mosquito a través de su picadura. El mosquito infectado puede luego propagar el virus a otras personas.
- Para ayudar a evitar que otras personas se enfermen, tome medidas para prevenir las picaduras de mosquitos durante la primera semana de la enfermedad.
- Las parejas deben protegerse de la transmisión sexual, si se diagnostica la enfermedad en uno de los integrantes o si alguno presenta síntomas tras viajar a un área con Zika o si vive en ella. Cuando se usa correctamente, el condón puede reducir el riesgo de transmisión sexual del Zika. Abstenerse de tener relaciones sexuales es el único modo de eliminar el riesgo de transmisión por vía sexual.
 - Los hombres diagnosticados con Zika o que presentan síntomas de la enfermedad deben usar condón siempre que tengan relaciones sexuales, o no tener sexo, al menos durante 6 meses, a partir del momento en que aparecen los síntomas.
 - Los hombres que viajaron a un área con Zika, pero no han sido diagnosticados con la enfermedad ni presentan síntomas, deben tomar estas precauciones durante 8 semanas, como mínimo, a partir de su regreso del viaje.
 - Las mujeres diagnosticadas con Zika o que presentan síntomas de esta enfermedad, deben usar condón siempre que tengan relaciones sexuales o abstenerse de tener sexo durante 8 semanas, a partir de la aparición de los síntomas, si están infectadas o si tienen síntomas, u 8 semanas después del regreso de un área con Zika, si no han tenido síntomas.

- Alentar a los miembros de la comunidad a que acudan a un proveedor de atención médica si presentan los síntomas descritos anteriormente y si han visitado un área con Zika. Deben informar a su proveedor de atención médica dónde viajaron.
- Los proveedores de atención médica pueden indicarle pruebas de sangre u orina para detectar el Zika u otros virus similares como dengue o chikunguña.

TRATAMIENTO

- No existe vacuna para prevenir el Zika ni medicamentos para tratarlo.
- Trate los síntomas:
 - Haciendo reposo.
 - Tomando líquidos para evitar la deshidratación.
 - Tomando medicamentos como acetaminofeno (Tylenol®) para calmar la fiebre y el dolor.
- No tomando aspirina, ibuprofeno (como Advil o Motrin), ni otros medicamentos antiinflamatorios no esteroideos, comúnmente conocidos como AINE, hasta que se descarte el dengue.
- Si está tomando medicamentos para otra afección, hable con su médico o proveedor de atención médica antes de tomar otros medicamentos.



HISTORIA DEL ZIKA

El virus del Zika fue descubierto en el 1947 y su nombre proviene del bosque Zika en Uganda. A partir de entonces, se han reportado brotes de Zika en regiones tropicales de África, el sudeste asiático y las islas del Pacífico. Como los síntomas del Zika se asemejan a los de otras enfermedades y suelen ser leves, es probable que muchos casos no hayan sido detectados.

En mayo del 2015, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) emitió una alerta sobre el primer caso confirmado de infección por el virus del Zika en Brasil. Brasil también reportó un incremento del número de bebés nacidos con microcefalia, cuya asociación con la infección por el virus del Zika durante el embarazo fue descubierta más tarde. Se ha reportado transmisión local en muchos países y territorios. También se ha reportado transmisión local en los EE. UU. (<http://www.cdc.gov/zika/geo/>). Probablemente, el virus del Zika seguirá propagándose a nuevas áreas.

Las áreas específicas donde el Zika se está propagando son a menudo difíciles de determinar y es probable que vayan variando con el tiempo. Antes de viajar al extranjero, visite el sitio web de los CDC sobre salud para viajeros para que consulte la información más actualizada para viajeros.

RECURSOS

VIRUS DEL ZIKA

- Síntomas, diagnóstico y tratamiento del Zika: <http://www.cdc.gov/zika/symptoms/index.html>
- Información sobre el Zika para viajeros: <http://www.cdc.gov/travel/page/zika-travel-information>
- Lo que sabemos y lo que no sabemos acerca del Zika y el embarazo: <http://www.cdc.gov/zika/healtheffects/index.html>
- Recomendaciones de los CDC para parejas que están pensando en concebir: <http://www.cdc.gov/zika/pregnancy/thinking-about-pregnancy.html>
- Transmisión sexual del virus del Zika: <http://www.cdc.gov/zika/transmission/sexual-transmission.html>

PREVENCIÓN

- Consejos básicos sobre prevención: <http://www.cdc.gov/zika/prevention/>
- Consejos para el control de los mosquitos en casa: <http://www.cdc.gov/zika/prevention/controlling-mosquitoes-at-home.html>
- Mantener los pozos sépticos a prueba de mosquitos: <http://www.cdc.gov/zika/pdfs/septic-tank-factsheet-english-nczid.pdf>
- Crear un kit de prevención del Zika: <http://www.cdc.gov/zika/prevention/prevention-kit.html>
- Consejos sobre protección para mujeres embarazadas: <http://www.cdc.gov/zika/pregnancy/protect-yourself.html>

HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN

- Recursos para imprimir: <http://www.cdc.gov/zika/fs-posters/index.html>
- Infografías: <http://www.cdc.gov/zika/comm-resources/infographics.html>
- Recursos de video sobre el Zika: <http://www.cdc.gov/zika/comm-resources/video.html>

