

Virus del Zika: ¿Embarazada? ¿Quiere estar embarazada?

¿Qué es el Zika?

- El Zika es una enfermedad que se transmite por la picadura de un mosquito que porta el virus.
- En mujeres embarazadas, el virus del Zika puede causar defectos en el bebe.
- No hay vacuna para prevenir o tratamiento para curar el virus del Zika.

¿En qué países se encuentra el Zika?

- En este momento, el Zika se encuentra en México, Centroamérica, Sudamérica, el Caribe, las Islas del Pacífico, en el sudeste de Asia y en África. Para detalles sobre cuales países tienen riesgo de Zika, visite <https://espanol.cdc.gov/es/travel/page/zika-information>
- Hay lugares en Florida y Texas donde también se encuentra Zika
- Zika no se está transmitiendo en San Francisco o California
- Para más información sobre los lugares de transmisión del Zika mire <https://espanol.cdc.gov/enes/zika/geo>

¿Cuáles son los síntomas del Zika?

- Fiebre, salpullido, dolor muscular o de articulaciones, ojos rojos o dolor en los ojos. La mayoría de personas no presentan ninguno de estos síntomas.

¿Qué pasa si viajé a estos países durante mi embarazo actual?

Informe a su médico de inmediato.

Si tiene alguno de los síntomas del Zika durante su viaje o a su regreso, **llame a su médico de inmediato**. Su médico puede verificar si usted tiene Zika.

¿Qué debo hacer si pienso viajar a un área afectada por el virus Zika?

Si está embarazada, deberá posponer sus planes de viaje. Si no puede posponer sus planes de viaje, deberá informarle a su médico y deberá protegerse de las picaduras de mosquito.

¿Cómo me puedo proteger de las picaduras de mosquitos?

Si está en un área afectada por el Zika, protéjase de las picaduras de mosquito de la siguiente manera:

- usando playeras de manga larga y pantalones largos
- usando repelente de mosquitos* que contenga cualquiera de los siguientes ingredientes:
 - DEET
 - picaridina
 - IR3535
 - aceite de eucalipto limón

*Puede comprarlos en Walgreens, Target o REI.

*Estos pueden usarse si está embarazada o amamantando siempre y cuando siga las indicaciones de la etiqueta.

¿Cómo puedo prevenir el Zika por medio del sexo?

Si su pareja ha viajado a un área afectada por Zika use condones cada vez que tenga relaciones sexuales (por vía vaginal, anal u oral) o evite tener relaciones sexuales durante el embarazo.

¿Qué pasa si mi pareja y yo estamos planeando tener un bebe?

- Si está planeando tener un bebe y ha viajado o vivido en una área que tiene el virus Zika, debe esperar al menos **8 semanas** después de su regreso del país para embarazarse.
- Si su pareja masculina ha viajado o vivido en una área que tiene el virus Zika, fue diagnosticado con el Zika, o ha tenido síntomas del Zika debe esperar **6 meses** para tratar de tener un bebe. Hasta entonces use condones cada vez que tenga relaciones sexuales (vaginal, anal, u oral), o evite el sexo.
- Si ha viajado o está planeando viajar al sudeste de Asia o África hable con su médico.

¿Tiene alguna pregunta?

- Comuníquese con su médico. Si no tiene un médico, por favor llame a la Unidad para Nuevos Pacientes at 415-682-1740. Reciba cuidado prenatal en cuanto se dé cuenta que está embarazada.
- Visite el sitio CDC Zika al: espanol.cdc.gov/zika
- Visite el sitio web del Departamento de Salud Pública de San Francisco con información sobre el virus del Zika en: www.sfcddcp.org/zika.

Updated 03.28.2017

