

# Zika: Lo que debe saber

Una epidemia del virus Zika (ZI-KA) está ocurriendo en diversos países de Centro y Sur América, el Caribe, México y Puerto Rico. Actualmente, las personas que residen en el área metropolitana de Chicago y que no han viajado a esos lugares, no se les considera, en general, en riesgo de infección. Esta hoja informativa proporciona información básica sobre el virus del Zika y sobre qué puede hacer para proteger a usted y su familia. Para más información, visite la página [www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)

## ¿Qué es el virus del Zika?

El Zika es un virus que se transmite principalmente a través de las “picaduras” de los mosquitos en las regiones mencionadas. Las personas que viven en estas áreas o que viajan a las mismas, están en riesgo de contraer la infección. Los síntomas del virus del Zika son usualmente leves y duran desde varios días hasta una semana, sin embargo, la infección es más preocupante en mujeres embarazadas. El virus Zika puede pasar de una mujer gestante a su feto y la infección durante el embarazo puede provocar serios defectos al nacer.

## ¿Cuáles son los síntomas del virus del Zika?

Aproximadamente una de cada cinco personas infectadas con el virus del Zika se enfermará. Muchas personas ni se dan cuenta que han sido infectadas. Cuando los síntomas desarrollan son leves y aparecen de dos a siete días después que una persona fue “picada”. Los síntomas pueden incluir fiebre, sarpullido (rash), dolor de articulaciones, ojos rojos, dolor muscular y dolor de cabeza. Las personas infectadas normalmente se recuperan en una semana y es poco común que se hospitalicen. Una vez que una persona ha sido infectada, el o ella probablemente estarán protegidos de infecciones futuras.

## ¿Cómo se transmite el virus Zika?

El virus Zika se transmite principalmente a través de la “picadura” por mosquitos *Aedes* infectados. Si el mosquito *Aedes* “pica” a una persona infectada con el virus Zika y luego “pica” a otra persona, el virus puede propagarse a la segunda persona. El virus Zika no se transmite de persona a persona al toser, estornudar, o contacto casual, como sucede con el resfrío y el flu (gripe). En las áreas sin mosquito *Aedes*, el público en general tiene un riesgo de enfermar bien bajo, debido a que el virus Zika no se transmite por contacto casual. La transmisión vía sexual del virus Zika, también ha sido reportada. Muy importante, el Zika puede ser transmitido de una mujer embarazada a su feto durante el embarazo o en el momento del nacimiento.

## ¿Cómo afecta el virus del Zika a una mujer embarazada y al feto?

Todavía estamos aprendiendo sobre la infección por virus Zika durante el embarazo. La infección puede causar un defecto de nacimiento del cerebro llamado “microcefalia” (cabeza pequeña), así como también otros problemas del cerebro y la vista, del oído y problemas de crecimiento del feto. Sin embargo, no todas las mujeres infectadas con Zika durante el embarazo tienen un resultado desfavorable de su embarazo. Mientras seguimos aprendiendo más, las gestantes **no deben viajar** a áreas donde hay transmisión de Zika. Las mujeres que están tratando de quedar embarazadas deben discutir con su médico el viajar a esas áreas. Si una mujer debe viajar o vive en áreas donde hay transmisión de Zika, ella deberá de evitar las “picaduras” de mosquitos y prevenir la transmisión vía sexual de manera muy estricta. Si está embarazada y viajó durante su embarazo a una región donde el Zika está presente, consulte con su proveedor médico para la posibilidad de un test de sangre o de una prueba de ultrasonido.

## ¿Cuál es el riesgo de enfermarse con Zika en Chicago?

El riesgo de transmisión del Zika entre los habitantes de Chicago es muy bajo. La especie principal de mosquito que ha sido encontrada que transmite el virus Zika (*Aedes aegypti*) no radica, no es nativa, en Chicago y no sobrevive a nuestros fríos inviernos. Una especie secundaria de mosquito (*Aedes albopictus*) ha sido detectada en Illinois y podría transmitir el Zika, ocasionado un muy pequeño riesgo de casos adquiridos localmente. Oficiales de salud están monitoreando estrictamente la circulación de mosquitos *Aedes* en Chicago y están trabajando para controlar la población de mosquitos en Chicago para evitar enfermedades transmitidas por mosquitos, incluyendo el virus del Nilo Oeste (West Nile). Toda la potencial gama de mosquitos *Aedes aegypti* y *Aedes albopictus* puede ser vista en <http://www.cdc.gov/zika/pdfs/zika-mosquito-maps.pdf>

## ¿Cuál es el riesgo de tener Zika si viajo a zonas en donde la transmisión del dengue ha sido un problema, como en Florida?

Hasta el 11 de mayo del 2016, no se ha reportado transmisión de Zika por mosquitos en el continente de EE. UU., el cual incluye los 48 estados contiguos y Washington, DC, todos los casos en el continente de EE. UU. han sido en personas que han retornado de países con activa transmisión de Zika, o parejas sexuales de viajeros. Sin embargo, los mosquitos *Aedes aegypti* se encuentran mayormente en estados del Sur de EE. UU. En años anteriores, ocasionalmente, hemos visto casos de transmisión de otro virus diferente, el virus del dengue, el cual también es diseminado por los

mosquitos *Aedes aegypti* en los estados sureños y Hawaii. Esto sugiere, que en el futuro podríamos ver transmisión de Zika en las áreas con mosquitos *Aedes aegypti*. Visite el portal Web de los CDC para obtener información al día de casos confirmados de Zika, especialmente en los estados donde ya existe el mosquito *Aedes aegypti*.

### **A veces mi esposo o novio viaja a lugares con Zika por razones de trabajo. ¿Cómo prevengo el Zika por vía sexual?**

Los CDC recomiendan que los hombres con una pareja embarazada deben usar condones cada vez que tengan sexo, o ellos no debieran tener relaciones sexuales durante todo el embarazo. Para ser efectivos, los condones deben ser usados correctamente y cada vez durante el sexo.

- Parejas con hombres que tengan Zika confirmado o síntomas de Zika (ver síntomas mas arriba) debieran considerar el uso de condones o no tener sexo por al menos seis (6) meses después que los síntomas hayan comenzado. Esto incluye a hombres que vivan en o hayan viajado a áreas con Zika.
- Parejas con hombres que viajaron a áreas con Zika pero que no tuvieron síntomas de Zika debieran considerar el uso de condones o no tener sexo por lo menos 8 semanas después de su retorno a fin de minimizar el riesgo.
- Parejas con hombres que vivan en zonas con Zika pero que no tienen síntomas pueden considerár el uso de condones o no tener relaciones sexuales mientras haya transmisión activa de Zika en el área.

### **Si queremos tener un bebé y recientemente hemos viajado a un lugar con Zika, pero no nos hemos enfermado, ¿cuánto tiempo debemos esperar antes de intentar concebir?**

En el caso de hombres y mujeres sin síntomas de Zika, pero posiblemente expuestos al Zika por un viaje reciente o un contacto sexual, los CDC recomiendan que las parejas esperen por lo menos 8 semanas después de la fecha de posible exposición, antes de intentar un embarazo a fin de minimizar el riesgo. Puede hablar con su médico sobre métodos temporales de control natal, incluyendo el uso de condones. Condones o no tener relaciones sexuales son necesarios para prevenir la transmisión del Zika por la vía sexual.

### **Si queremos tener un bebé y recientemente hemos viajado a un lugar con Zika y uno de nosotros ha enfermado con fiebre, sarpullido (rash), dolor de articulaciones, ú ojos rojos, en el lapso de dos semanas del viaje, ¿cuánto tiempo debemos esperar antes de intentar concebir?**

En el caso de hombres y mujeres que hayan sido diagnosticados con Zika o que presentan síntomas de Zika, como fiebre, sarpullido (rash), dolor de articulaciones, ú ojos rojos después de una posible exposición al virus del Zika, los CDC recomiendan:

- Que las mujeres esperen por lo menos 8 semanas después que sus síntomas aparecieron antes de intentar un embarazo.
- Que los hombres esperen por lo menos 6 meses después que sus síntomas aparecieron para tener sexo desprotegido.
- Puede hablar con su médico sobre métodos temporales de control natal, incluyendo el uso de condones. Condones o no tener relaciones sexuales son necesarios para prevenir la transmisión del Zika por la vía sexual.

### **¿Cómo puedo protegerme y proteger a mi familia contra el virus del Zika?**

A la fecha, no existe una vacuna contra el virus del Zika. De ser posible, las embarazadas deben considerar posponer sus viajes a las zonas donde la transmisión de Zika esté sucediendo. Si tiene que viajar a esas regiones, la mejor protección es evitar las "picaduras" de mosquitos. Aún aquí en Chicago, en que no tenemos el mosquito de principal procupacion, usted debe protegerse de todos los virus transmitidos por mosquitos, incluyendo al virus del Nilo Oeste (West Nile).

- Use repelentes contra insectos siguiendo las instrucciones
- Vista camisas de manga larga y pantalones largos
- Cuando viaje, permanezca en un hospedaje con aire acondicionado
- Cierre las ventanas y puertas sin mallas y duerma bajo mosquiteros de cama
- Vacíe o cubra los recipientes que retengan agua, donde los mosquitos les gusta poner huevos.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, 12 de mayo de 2016; [www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)



[www.CityofChicago.org/Health](http://www.CityofChicago.org/Health)