



ALERTA DE VIAJE:

EL ZIKA Y EL EMBARAZO

Si usted está embarazada, o podría estarlo pronto, lea las siguientes recomendaciones de salud.

Infórmese sobre el virus del Zika

- ➔ El zika causa defectos de nacimiento.
- ➔ Las personas usualmente contraen el zika a través de la picadura de un mosquito (pero solo ciertos tipos de mosquitos —los mosquitos *Aedes*— pueden transmitir el virus).
- ➔ El zika también se puede transmitir a través del contacto sexual y la sangre (es decir, transfusiones de sangre, al compartir equipo para inyectarse, etc.).
- ➔ La mayoría de las personas que contraen el zika (el 80 %) no presentan síntomas y pueden no enterarse de que están infectadas.
- ➔ El zika está afectando partes de Centroamérica, Sudamérica, México, el Caribe y otros lugares señalados por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. El tipo de mosquito vinculado al brote actual, llamado *Aedes aegypti*, vive en esos lugares. Puede ver las áreas afectadas por el zika más recientes en cdc.gov/zika. **NO** hay vacuna contra el zika ni medicina para tratarlo.

No viaje a áreas afectadas por el zika mientras esté embarazada o tratando de concebir

- ➔ Si no le es posible demorar su viaje, hable primero con un proveedor de atención médica. Use repelentes de insectos que contengan DEET, picaridina o aceite de eucalipto limón. Asegúrese de que el repelente haya sido aprobado por la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (EPA, por sus siglas en inglés) y siga las instrucciones de la etiqueta. El uso de repelente de insectos es seguro para las mujeres embarazadas. Aplique filtro solar primero y el repelente, después. Vístase con mangas y pantalones largos. Use ropa tratada con permetrina (un químico que repele insectos). Si no puede mantener a los mosquitos fuera de su residencia, use un mosquitero.
- ➔ Si usted está embarazada y viajó a un área afectada por el virus del Zika, contacte a su proveedor de atención médica para hablar sobre la prueba de detección del zika.

Mientras esté embarazada, NO TENGA relaciones sexuales sin protección* con una persona que tenga o pudiera tener zika

- ➔ Planifiquen juntos para abstenerse de la actividad sexual o usen condones (u otro método de protección de barrera*) de forma adecuada cada vez que tengan sexo vaginal, anal u oral durante todo el embarazo.
- ➔ Si usted está embarazada y ha tenido sexo vaginal, anal u oral, sin protección*, con una persona que tiene o pudiera tener zika, contacte a su proveedor de atención médica para hablar sobre la prueba de detección del zika.

Si desea embarazarse, y usted o una persona con la que usted tiene relaciones sexuales podrían tener zika, los expertos de salud recomiendan que esperen antes de intentar concebir. Puede encontrar recomendaciones específicas en el enlace que aparece abajo.

Visite nyc.gov/health/zika
para obtener más información y averiguar dónde encontrar condones gratis

NYC
Health

*"Sin protección" significa tener sexo sin un método de protección de barrera, como condones masculinos, condones femeninos o un protector dental de látex.