



Infórmese sobre el virus del Zika

Información básica

- 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 zika).
- El zika también puede transmitirse a través del contacto sexual y de la sangre (es decir, transfusiones de sangre, al compartir equipo para inyectarse, etc.). El zika *no* se transmite a través del contacto casual.
- La mayoría (el 80 %) de las personas que se infectan con el zika *no* se enferman. Para aquellas que sí se enferman, la enfermedad suele ser leve.
- Dado que el zika causa defectos de nacimiento, existen indicaciones especiales relacionadas con el embarazo. Consúltelas más adelante en este documento.
- No hay vacuna contra el zika ni medicación para tratarlo.

Síntomas

La mayoría de las personas que contraen el zika (el 80 %) no presenta síntomas y pueden no enterarse de que están infectadas.

Para aquellas que sí tienen síntomas, los más comunes son fiebre, sarpullido, dolor de articulaciones y conjuntivitis (ojos rojos). La mayoría de las personas padecen síntomas leves y no necesitan ir al hospital. Las complicaciones graves, como parálisis o infección cerebral, son poco comunes. Los síntomas usualmente comienzan entre los dos y doce días posteriores a la picadura del mosquito infectado y pueden durar hasta una semana.

Los síntomas del zika son similares a los síntomas de otras enfermedades causadas por mosquitos, como el [virus del dengue](#) o el [virus del chikunguña](#).

Pruebas de detección

La mayoría de las personas *no* necesita realizarse la prueba del virus del Zika, incluso aunque hayan viajado a un sitio donde el zika se está propagando. La prueba de detección es especialmente importante para las mujeres embarazadas que estuvieron en un área afectada por el zika o aquellas que, estando embarazadas, tuvieron relaciones sexuales, sin protección*, con una persona que tiene o pudiera tener zika.

Hay dos tipos de pruebas para diagnosticar una infección causada por el virus del Zika:

1. **RT-PCR** (siglas en inglés de *reacción en cadena de la polimerasa con transcriptasa inversa*): Esta prueba analiza sangre u orina en busca de virus del Zika.

*"Método de protección de barrera" significa condones masculinos o femeninos, para el sexo vaginal y anal, y protectores dentales de látex, para el sexo oral. "Sin protección" significa tener sexo sin un método de protección de barrera.

2. **Serología:** Esta prueba analiza la sangre en busca de anticuerpos que combaten una infección por el virus del Zika.

Si usted recibe un resultado positivo de una prueba de detección del virus del Zika, puede significar que tiene una infección o la tuvo en el pasado.

Sin embargo, un resultado negativo no necesariamente significa que usted no tuvo una infección. Por ejemplo, si usted se realizó la prueba poco después de haberse enfermado, su cuerpo quizá no haya tenido tiempo para producir anticuerpos que la prueba pudiera medir. Sus médicos quizá quieran realizarle pruebas adicionales para confirmar.

Hable con sus médicos si tiene cualquier duda o preocupación. Ellos pueden basarse en los resultados de su prueba para ayudarle a tomar decisiones para seguir saludable.

Tratamiento

No hay tratamiento para el zika, pero algunos medicamentos (como el paracetamol) pueden ayudar a aliviar los síntomas. La mayoría de las personas se recuperan por sí mismas descansando y tomando líquidos.

Áreas afectadas

El zika está afectando partes de Centroamérica, Sudamérica, México, el Caribe y otros sitios señalados por los [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#) (CDC, por sus siglas en inglés). (Puede ver las áreas afectadas por el zika más recientes en cdc.gov/zika). El tipo de mosquito relacionado al brote actual, llamado *Aedes aegypti*, vive en esos lugares. *No* se han encontrado mosquitos *Aedes aegypti* en la ciudad de Nueva York.

Un mosquito *Aedes* distinto se encuentra en la ciudad de Nueva York. Este mosquito se llama *Aedes albopictus*. El *Aedes albopictus* es capaz de transmitir el zika a las personas, pero los expertos en salud todavía están investigando si es probable que esto suceda. El simple hecho de que el mosquito pueda portar el virus no significa que causará un brote. Los expertos en salud no han hallado zika en los mosquitos locales pero están planeando alrededor de la posibilidad de que el *Aedes albopictus* pueda infectarse con el zika localmente, y están tomando medidas agresivas para monitorear esto y actuar si llega a ser necesario. Lea "[Lo que la Ciudad está haciendo](#)" en nyc.gov/health/zika para conocer las medidas más recientes de la Ciudad.

Precaución durante el embarazo

El zika no es peligroso para la mayoría de las personas. Sin embargo, el zika **causa defectos de nacimiento**. Un defecto de nacimiento asociado al zika consiste en tener una cabeza más pequeña de lo normal. A esta afección se llama "microcefalia". Los expertos en salud todavía están investigando la relación entre el zika y la microcefalia. Las directrices más recientes para evitar este riesgo se encuentran a continuación.

Directrices para mujeres embarazadas y sus parejas sexuales

*"Método de protección de barrera" significa condones masculinos o femeninos, para el sexo vaginal y anal, y protectores dentales de látex, para el sexo oral. "Sin protección" significa tener sexo sin un método de protección de barrera.

Mujer embarazada que no ha viajado a un área afectada por el zika	No viaje a áreas afectadas por el zika durante su embarazo. Si no le es posible posponer el viaje, hable primero con un proveedor de atención médica y tome medidas para protegerse mientras viaja. Revise las directrices sobre transmisión sexual y cómo viajar de forma sana y segura que aparecen a continuación.
Mujer embarazada que ya viajó a un área afectada por el zika	Llame a su proveedor de atención médica para hablar sobre la prueba de detección del zika.
Pareja sexual , que tiene o pudiera tener zika, de una mujer embarazada	Planifiquen juntos para abstenerse de la actividad sexual o usen condones (u otro método de protección de barrera*) correctamente cada vez que tengan sexo vaginal, anal u oral durante el embarazo. Si usted está embarazada y tuvo 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.

Directrices para personas intentando concebir

No se recomienda la realización de pruebas de detección del zika a parejas que estén intentando concebir. En vez, sigan estas directrices para reducir el riesgo:

Personas que no han viajado a un área afectada por el zika	No viajen a áreas afectadas por el zika mientras estén intentando concebir.	
Mujer que tiene o pudiera tener zika	Síntomas	Espere al menos ocho semanas después de que hayan comenzado los síntomas antes de intentar concebir.
	Sin síntomas	Espere al menos ocho semanas después de la última posible exposición al zika antes de intentar concebir.
Hombre que tiene o pudiera tener zika	Síntomas	Espere al menos seis meses después de que hayan comenzado los síntomas antes de intentar concebir.
	Sin síntomas	Espere al menos seis meses después de la última posible exposición al zika antes de intentar concebir.

Encuentre más información sobre el zika y el embarazo en nyc.gov/health/zika y cdc.gov/zika/pregnancy.

Transmisión sexual

Tanto los hombres como las mujeres pueden transmitir el zika a través de las relaciones sexuales. Las relaciones sexuales incluyen el sexo vaginal, anal u oral y el compartir juguetes sexuales. **Los expertos en salud siguen investigando este riesgo. Las personas que viajen a un área afectada por el zika deben usar métodos de protección de barrera* y anticonceptivos mientras estén viajando y después de regresar a casa.** Los métodos de protección de barrera* pueden detener la transmisión sexual del zika. Los métodos anticonceptivos ayudan a prevenir embarazos de una pareja en la que una, o ambas personas, tienen o pudieran tener zika.

Directrices para evitar la transmisión sexual del zika

*"Método de protección de barrera" significa condones masculinos o femeninos, para el sexo vaginal y anal, y protectores dentales de látex, para el sexo oral. "Sin protección" significa tener sexo sin un método de protección de barrera.

Mientras viajan a un área afectada por el zika	Utilicen métodos anticonceptivos y de protección de barrera* de forma adecuada
Luego de volver a su casa después de visitar un área afectada por el zika	<p>Mujeres:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sigam utilizando métodos anticonceptivos para prevenir el embarazo durante las ocho semanas posteriores a su regreso a casa. • Usen métodos de protección de barrera* de forma adecuada cada vez que tengan sexo vaginal, anal u oral durante las ocho semanas posteriores a su regreso a casa.
	<p>Hombres:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Use un método de protección de barrera* de forma adecuada cada vez que tenga sexo vaginal, anal u oral durante los seis meses posteriores a su regreso a casa.

Para obtener una lista completa de opciones de [métodos anticonceptivos](#), visite nyc.gov y busque "birth control" (métodos anticonceptivos).

Donación de sangre

Es poco común pero posible que el zika se transmita de una persona a otra mediante una transfusión de sangre. Para ayudar a prevenir que esto suceda, siga las siguientes directrices:

Directrices para la donación de sangre

Personas que viajaron a un área afectada	Espera cuatro semanas después de haber regresado a su casa antes de donar sangre.
Personas que tuvieron relaciones sexuales (sexo vaginal, anal u oral), sin protección*, con una persona que estuvo en un área afectada durante los tres meses anteriores al último contacto sexual	Espera cuatro semanas después del último contacto sexual antes de donar sangre.
Personas que viajaron a un área afectada y ya donaron sangre dentro de las cuatro semanas posteriores a su regreso a casa	Comuníquese al centro donde donó sangre si tiene dos o más de estos síntomas dentro de las dos semanas posteriores a su donación de sangre: fiebre, dolor de articulaciones, sarpullido o conjuntivitis (ojos rojos). Si usted presenta síntomas, evite donar sangre nuevamente hasta que los síntomas hayan desaparecido por al menos cuatro semanas .

Bebés y niños pequeños

Según los CDC:

*"Método de protección de barrera" significa condones masculinos o femeninos, para el sexo vaginal y anal, y protectores dentales de látex, para el sexo oral. "Sin protección" significa tener sexo sin un método de protección de barrera.

- Los bebés y los niños pequeños pueden contraer zika.
- Los síntomas en bebés y niños pequeños son los mismos que se describen arriba en la sección titulada "Síntomas".
- La infección con zika cerca del nacimiento o en las primeras etapas de la niñez *no* se ha asociado a la microcefalia.
- Se ha encontrado zika en la leche materna, pero no hay registro de madres que hayan transmitido el zika a sus bebés a través de la leche materna. Los CDC alientan a las madres que residen en áreas afectadas por el zika a que continúen con la lactancia materna debido a sus múltiples beneficios.
- Puede encontrar más información para padres en [cdc.gov/zika](https://www.cdc.gov/zika).

Viajes sanos y seguros

Si está por viajar a un área afectada por el zika, lea las advertencias relacionadas con el embarazo y la transmisión sexual que se mencionan antes en este documento, y tome las medidas necesarias para evitar a los mosquitos. Los consejos a continuación son importantes para todas las personas que estén por viajar a un área afectada por el zika —pero especialmente para las mujeres embarazadas que no puedan posponer su viaje—.

El tipo de mosquito relacionado al brote actual es muy agresivo. El mosquito pica durante el día y por la tarde.

- Utilice [repelente de insectos](#) que contenga DEET, picaridina o aceite de eucalipto limón.
 - Utilice repelentes aprobados por la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés) y siga las instrucciones de la etiqueta.
 - Aplique primero el protector solar y luego, el repelente.
 - El repelente de insectos es seguro para las mujeres embarazadas.
 - No utilice repelente de insectos en bebés menores de 2 meses. No utilice repelente que contenga aceite de eucalipto limón en niños menores de 3 años.
 - No permita que los niños pequeños se apliquen el repelente de insectos ellos mismos.
 - No aplique repelente de insectos en las manos, los ojos o la boca de los niños ni en ninguna zona irritada de la piel ni sobre cortaduras.
- Use mangas largas y pantalones largos; vista a los niños de la misma manera. Use vestimenta tratada con permetrina (un químico que repele insectos).
- Permanezca en sitios con aire acondicionado o donde haya ventanas y puertas con mosquiteros (o mallas protectoras).
- Utilice un mosquitero de cama si no puede mantener a los mosquitos fuera de su casa. Cubra las cunas, sillas/cochecitos de bebé y portadores de bebé con una malla que proteja contra mosquitos.
- Elimine el agua estancada que se acumule en su casa y los alrededores, pues el agua estancada atrae a los mosquitos.

*"Método de protección de barrera" significa condones masculinos o femeninos, para el sexo vaginal y anal, y protectores dentales de látex, para el sexo oral. "Sin protección" significa tener sexo sin un método de protección de barrera.

Actualizado el 31-10-16

Los CDC recomiendan que los viajeros que vuelvan a los Estados Unidos desde sitios afectados por el zika que tomen medidas para prevenir las picaduras de mosquitos durante tres semanas, aunque no se sientan enfermos, para evitar transmitir el zika a los mosquitos locales.

Prevención de mosquitos en la ciudad de Nueva York

No se ha encontrado zika en los mosquitos de la ciudad de Nueva York, pero los mosquitos locales pueden transmitir otras enfermedades como el virus del Nilo Occidental. Los neoyorquinos pueden ayudar a detener la transmisión de virus transmitidos por mosquitos siguiendo estos pasos:

- Aplique repelente de insectos y use ropa de mangas largas y pantalones largos en las tardes, durante la temporada alta de mosquitos (de junio a septiembre).
- Instale o repare los mosquiteros de ventanas y puertas.
- Vacíe los contenedores de agua estancada como floreros, alcantarillas, cubetas o cubos, cubiertas de piscinas, bebederos para las mascotas, llantas en desuso y pilas o bebederos para pájaros. Un recipiente de agua muy pequeño puede ser el criadero para cientos de huevos de mosquitos.
- Asegúrese de que las piscinas de los patios reciban el mantenimiento adecuado y se traten con cloro apropiadamente.
- Reporte el agua estancada llamando al 311. El Departamento de Salud investiga las quejas de agua estancada y presenta avisos de infracción a los dueños de las propiedades que no la eliminan. Cuando el agua estancada no se puede drenar, la Ciudad aplica tratamientos, llamados *larvicidas*, que matan los mosquitos antes de que maduren y puedan transmitir enfermedades.

Más información

Visite estos enlaces:

- cdc.gov/zika
- paho.org

Para recibir ayuda en la búsqueda de un hospital o clínica, llame al 311.

Incluya @NYCHealthy, @DrMaryTBassett y @DrJayVarma en Twitter para recibir las alertas de salud más recientes en inglés.

*"Método de protección de barrera" significa condones masculinos o femeninos, para el sexo vaginal y anal, y protectores dentales de látex, para el sexo oral. "Sin protección" significa tener sexo sin un método de protección de barrera.