

Respuesta de los CDC al **zika**

A vibrant, stylized illustration of a street scene. On the left, a yellow building with white trim and a balcony with a black railing. In the center, an orange building with arched windows and doorways. On the right, a teal building with white trim. The street is paved with grey tiles, and there are potted plants and street lamps. In the background, there are palm trees and a blue sky with a hint of a beach and ocean.

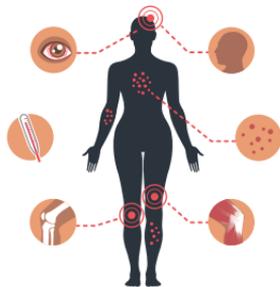
# ZIKA

UNA GUÍA DE LOS CDC **PARA LOS VIAJEROS**

# DETENGA EL ZIKA

## Sobre el zika

- El virus del Zika se transmite por medio de las picaduras de mosquitos y de las relaciones sexuales.
- El virus del Zika puede causar una enfermedad leve (fiebre, sarpullido, dolor de cabeza, dolor en las articulaciones, enrojecimiento de los ojos y dolor muscular) que dura alrededor de una semana. Muchas personas infectadas por el virus del Zika no presentan síntomas.



**¡Las mujeres embarazadas no deben viajar a áreas con riesgo de zika. La infección por el virus del Zika durante el embarazo puede causar defectos de nacimiento en el bebé!**



**FUERAMOSQUITOS**  
Evite las picaduras de mosquitos

# Protéjase de las picaduras de mosquitos si viaja a un área con riesgo de zika

Los mosquitos que transmiten el zika viven en interiores y en exteriores, y pican de día y de noche.

- Use un repelente de insectos registrado en la EPA que contenga DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto de limón, para-mentano-diol o 2-undecanona.
- Use pantalones largos y camisas de manga larga.
- Permanezca en lugares con aire acondicionado o que tengan malla o tela metálica en las puertas y ventanas.
- Continúe protegiéndose contra las picaduras de mosquitos durante **3 semanas** después de haber vuelto al lugar donde reside. Aunque no se sienta enfermo, podría tener zika. Los mosquitos en el lugar donde usted reside podrían picarlo, infectarse y después transmitir el virus del Zika a otras personas.

## CONSEJO:

Aplíquese filtro solar primero y después el repelente de insectos.



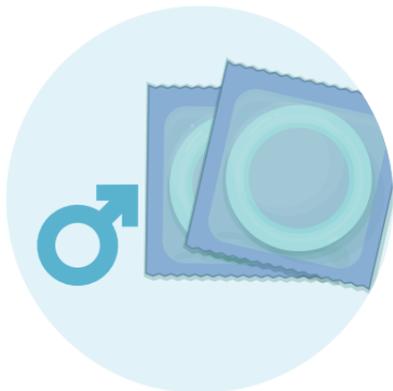
# USECONDONES

Proteja a sus parejas sexuales



# Prevenga la transmisión sexual del zika

- Un hombre o una mujer con zika puede transmitir el virus a sus parejas sexuales, aunque no presente síntomas.
- Después de viajar a un área con riesgo de zika, use condones (o no tenga relaciones sexuales) durante al menos **3 meses** después de haber viajado, si es hombre, y durante al menos **2 meses**, si es mujer. Si ambas personas viajan, espere al menos **3 meses** después de haber regresado.



¡El virus del Zika puede permanecer en el semen de un hombre durante más tiempo que en otros líquidos del cuerpo, y puede transmitirse a las parejas durante ese periodo. Por eso es que los hombres deben usar condones durante más tiempo después de haber viajado!

# CAMBIODEITINERARIO

Proteja su embarazo



# Prevenga el zika durante el embarazo

El virus del Zika se puede transmitir de la mujer embarazada a su feto.

## Si está embarazada:

- No viaje a áreas con riesgo de zika.
  - » Si tiene que viajar, consulte a su proveedor de atención médica antes de partir y siga estrictamente las medidas para prevenir el zika.
- Si su pareja viaja, use condones durante todo su embarazo para no contraer el virus del Zika en las relaciones sexuales.

## Si su pareja está embarazada:

- Siga estrictamente las medidas para prevenir el zika durante Y después de un viaje, incluidos la prevención de las picaduras de mosquitos y el uso de condones.
- Use condones o no tenga relaciones sexuales durante el resto del embarazo de su pareja, para protegerse contra los defectos de nacimiento relacionados con el zika.



## Cuide su posibilidad de tener un embarazo saludable

- El virus del Zika puede permanecer en el semen durante meses y puede transmitirse en las relaciones sexuales.
- Si una mujer queda embarazada y se infecta con el virus del Zika, este puede causar defectos de nacimiento graves.

### Si usted y su pareja están pensando concebir:

- Consulte al médico antes de viajar a un área con riesgo de Zika.
- Si viaja, esperar antes de quedar embarazada.

¿Cuánto tiempo deberíamos esperar antes de concebir?			
¿Quién viajó?	Solo la mujer	Solo el hombre	Ambos, el hombre y la mujer
Esperar	Al menos 2 meses	Al menos 3 meses	Al menos 3 meses

Vea las directrices de los CDC: [cdc.gov/travel](https://www.cdc.gov/travel)

## VIAJE DE FORMA SEGURA. PREVENGA EL ZIKA.

Síganos para obtener más consejos sobre cómo protegerse y proteger a otros durante y después de sus viajes.

---



Descargue la aplicación TravWell de los CDC para obtener información específica sobre su lugar de destino y más consejos de salud para viajeros.

 **CDC Travelers' Health**  
 **@CDCtravel**  
**[www.cdc.gov/travel](http://www.cdc.gov/travel)**



**U.S. Department of  
Health and Human Services**  
Centers for Disease  
Control and Prevention