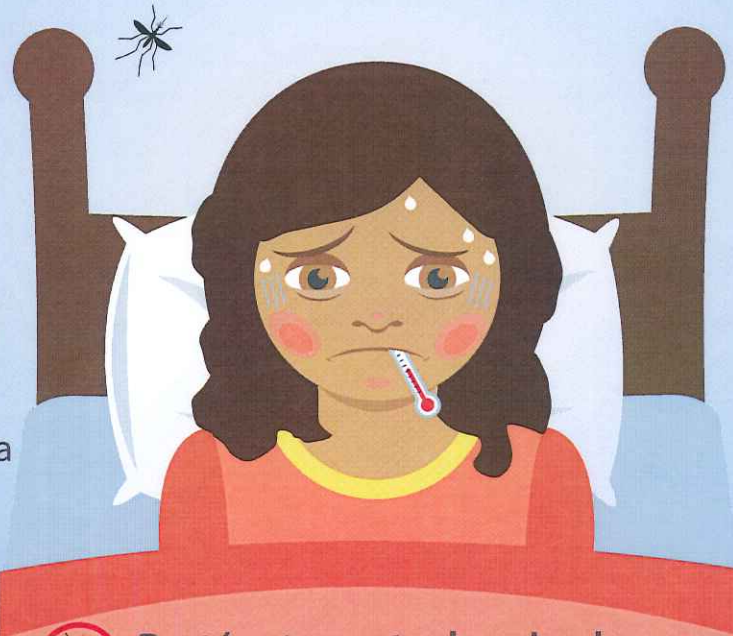


¿Enfermo con CHIKUNGUNYA, DENGUE, or ZIKA?

Protégase y proteja a los demás de las picaduras de mosquitos durante la primera semana de enfermedad

Proteja a su familia y amigos

- Durante la primera semana con chikungunya, dengue, or Zika se puede encontrar el virus en la sangre
- Un mosquito que te pique en esta etapa puede infectarse
- Un mosquito infectado puede morder a un miembro de tu familia o un vecino y hacer que se enfermen.



Alerta a estos síntomas

Consulta a tu médico si desarrollas fiebre con cualquiera de los siguientes síntomas:

- Dolor muscular o en las articulaciones
- Dolor de cabeza, especialmente con dolor detrás de los ojos
- Sarpullido (rash)
- Conjuntivitis no purulenta (rojos rojos)



Protégete contra las picaduras de mosquitos

- Usa camisas de manga larga y pantalones largos.
- Instala tela metálica en las ventanas y puertas.
- Usa repelente de insectos.

Para más información:
www.salud.gov.pr
www.cdc.gov/chikungunya
www.cdc.gov/dengue
www.cdc.gov/zika



Departamento de Salud

Adaptado y traducido el 16 de enero de 2016 del documento *Sick with CHIKUNGUNYA, DENGUE, or ZIKA?*, disponible en: http://www.cdc.gov/zika/pdfs/sick_with_chikv_denv_zika.pdf

Posible asociación entre el virus Zika y microcefalia

El Departamento de Salud de Puerto Rico y los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades en Atlanta (CDC por sus siglas en inglés), están al tanto de los informes que han salido de Brasil sobre el aumento en el número de bebés que nacen con microcefalia (cabeza de tamaño más pequeño que el esperado). El Ministerio de Salud de Brasil está preocupado por una posible asociación entre el brote del virus del Zika y el aumento en el número de bebés nacidos con microcefalia.

Existen muchas causas de la microcefalia

- Hay muchas causas de la microcefalia en los bebés (por ejemplo, infecciones en la madre durante el embarazo, anomalías genéticas, exposición a sustancias tóxicas durante el embarazo). Debido a esto, se necesitará más tiempo para determinar con precisión la causa de la microcefalia en los casos que se reportaron en Brasil.

Dado que en Puerto Rico ya se ha identificado el primer caso de transmisión local del virus del Zika hacemos un llamado a las embarazadas para que utilicen las medidas de protección personal como el uso de repelentes y de vestimenta clara que cubra la mayor parte del cuerpo para así evitar las picaduras de mosquitos. Es importante que aquellas embarazadas que desarrollen cualquier condición que produzca fiebre, consulten con su médico a la mayor brevedad posible. También, si va viajar a Brasil u otros países de América Latina tomen las precauciones para evitar las picaduras de mosquitos para reducir su riesgo de infección con el virus del Zika y otros virus transmitidos por mosquitos como el dengue y el chikungunya.

¿Qué sabemos de la microcefalia en Brasil?

- A partir de octubre de 2015, el Ministerio de Salud de Brasil recibió informes de un aumento en el número de bebés que nacen con microcefalia.
- El número de casos de microcefalia es aproximadamente 10 veces más alto que lo que el país normalmente reporta en un año.
- Algunas muestras de los bebés con microcefalia han dado positivas por infección con el virus Zika pero varios bebés afectados también han dado negativo utilizando la misma prueba.
- La asociación de la infección por el virus del Zika y la microcefalia todavía está bajo investigación.
- CDC no está al tanto de publicaciones que reporten un mayor número de microcefalia que este asociados a otras enfermedades virales similares transmitidos por mosquitos (es decir flavivirus).

Para más información:

- Viste la página del Departamento de Salud de Puerto Rico www.salud.pr.gov
- También puede acceder las páginas de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades o de la Organización Panamericana de la Salud: <http://www.cdc.gov/zika/>;
http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_topics&view=article&id=427

Adaptado y traducido 31 de diciembre del 2015 del documento, *Possible association between Zika virus and microcephaly*, disponible en:
<http://www.cdc.gov/zika/pdfs/possible-association-between-zika-virus-and-microcephaly.pdf>



Hacemos un llamado a las embarazadas para que utilicen las medidas de protección personal como el uso de repelentes y de vestimenta clara que cubra la mayor parte del cuerpo para así evitar las picaduras de mosquitos. Es importante que aquellas embarazadas que desarrollen cualquier condición que produzca fiebre, consulten con su médico a la mayor brevedad posible.



¿Qué repelentes de mosquitos funcionan mejor?

Se recomienda el uso de productos que contengan ingredientes activos que hayan sido registrados en la Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos (EPA) para su uso como repelentes aplicados a la piel y la ropa. De los productos registrados con la EPA, los que contienen DEET, Picaridin, IR3535, y un poco de aceite de eucalipto limón y productos para-mentano-diol proporcionar una protección más duradera.

Para prevenir la infección por cualquiera de estos tres virus durante el embarazo:

- Use repelentes de mosquitos con un máximo de 50% de DEET, picaridin, IR3535 o aceite de eucalipto limón durante el embarazo. Productos con este ingredientes incluyen, pero no se limitan a: Off!, Cutter, Skin So Soft Bug Guard Plus y Repel. Siempre lea y siga las instrucciones de etiqueta del producto.
- Vista con ropa de algodón suelta que cubra los brazos y las piernas.

¿Con qué frecuencia debo aplicarme el repelente?

Los repelentes que contienen un porcentaje mayor del ingrediente activo normalmente proporcionan protección por más tiempo. Independientemente de qué producto se utiliza, si usted comienza a sentir picaduras de mosquitos, aplíquese el repelente de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta.



¿Existe una vacuna para prevenir o medicamentos para tratar Zika?

No. No hay ninguna vacuna para prevenir la infección o medicamentos para tratar Zika.

¿Qué debo hacer si tengo Zika?

Consulte a su médico si usted está embarazada y presenta fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones, o enrojecimiento de los ojos. Su médico le ayudará a determinar si estos síntomas pudiesen estar relacionados a una infección por Zika u a otra condición.

Para tratar los síntomas:

Descanso

Tome líquidos para evitar la deshidratación

Tome medicamentos como acetaminofén para reducir la fiebre y el dolor

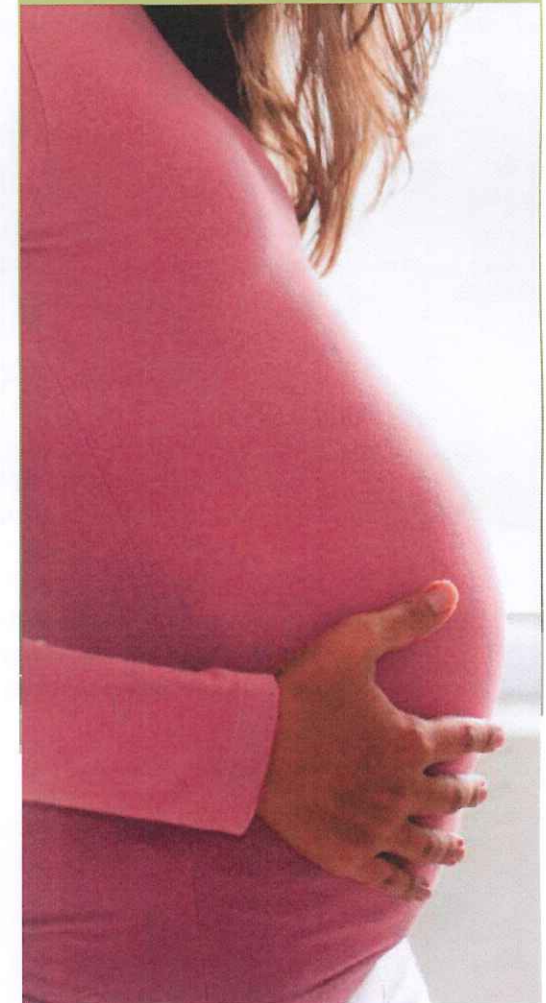
No tome aspirina u otros antiinflamatorios no esteroideos, como ibuprofen, o naproxen.



Estado Libre Asociado de Puerto Rico
Departamento de Salud

Adaptado y traducido el 14 de enero del 2016 de los documentos Avoid bug bites; Protégete y protege a tu bebé del dengue; Insect Repellent Use & Safety and Question and Answers: Zika virus infection (Zika) and pregnancy disponibles en:
<http://www.nc.cdc.gov/travel/page/avoid-bug-bites>;
<http://stacks.cdc.gov/view/cdc/24031>;
<http://www.cdc.gov/westnile/faq/repellent.html>;
<http://www.cdc.gov/zika/pregnancy/question-answers.html>

Preguntas y respuestas: La infección por el virus Zika y el embarazo



¿Cómo se transmite el virus del Zika?

El virus Zika se transmite principalmente por la picadura de mosquitos *Aedes*, los mismos que transmiten el dengue y el chikungunya. También puede transmitirse de una madre embarazada a su bebé durante el embarazo o en el momento del nacimiento. No sabemos con qué frecuencia el Zika se transmite de madre a hijo durante el embarazo o al nacer.

¿Cuáles son los síntomas de la infección por Zika?

Alrededor de una de cada cinco personas infectadas con Zika se enfermarán. Para las personas que se enferman, la enfermedad suele ser leve. Por esta razón, muchas personas pueden no darse cuenta de que han sido infectadas. Los síntomas más comunes de la enfermedad del virus del Zika son fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones, o conjuntivitis no purulenta (ojos rojos). Los síntomas generalmente comienzan de 2 a 7 días después de haber sido picado por un mosquito infectado.



¿Quién está a riesgo de ser infectado?

Cualquier persona que viva en o viaje a un área donde se encuentra el virus del Zika que aún no haya sido infectado con el virus está a riesgo de infección, incluyendo las embarazadas.

Estoy embarazada. ¿Cómo va el virus del Zika afectar mí o a mi bebé?

En Brasil se ha visto un aumento en el número de defectos congénitos de microcefalia en los bebés de madres que pudieron haber sido infectadas con el virus del Zika durante el embarazo. Sin embargo, se necesitan estudios adicionales para caracterizar mejor esta relación. Se están llevando a cabo más estudios para obtener más información sobre los riesgos de infección por el virus Zika durante el embarazo.

En Puerto Rico, al momento sólo se ha detectado un puñado de casos de Zika en la zona este del país. Hasta que se conozca más sobre esta situación, y como medida de precaución, el Departamento de Salud de Puerto Rico y los CDC están recomendando precauciones especiales para las mujeres embarazadas y las mujeres que están buscando quedar embarazadas.

¿Qué puedo hacer para protegerme durante el embarazo?

Evite las picaduras de mosquitos durante el embarazo, es importante para disminuir el riesgo de daño a su bebé por infecciones con dengue, chikungunya o Zika. El dengue, chikungunya y Zika es transmitido por la picadura del mosquito *Aedes aegypti*. Una mujer embarazada infectada con cualquiera de estos tres virus infectar a su bebé antes de nacer o su bebé recién nacido y como en el caso de infecciones con Zika pudiese haber un vínculo con defectos congénitos como la microcefalia.

¿Es seguro usar un repelente de insectos si estoy embarazada o amamantando?

¡Sí! El uso de un repelente de insectos es seguro y eficaz. Las mujeres y las mujeres que están amamantando pueden y deben elegir repelentes de insectos registrados por la EPA usarlos de acuerdo a las instrucciones de la etiqueta.

