

# Folletos educativos para los clientes en áreas SIN transmisión local del Zika a través de mosquitos

**Folleto #1 Información importante sobre el Zika**

**Folleto#2 Protegiéndose a usted misma y a otros del Zika**

**Folleto#3 Lo que los hombres necesitan saber sobre el Zika**

# Información importante sobre el Zika

Para persona viviendo en áreas donde los mosquitos no están propagando el Zika



**Si una mujer adquiere Zika mientras está embarazada, ella puede tener un aborto espontáneo o su bebé puede nacer con defectos congénitos graves.**

## Cómo la gente contrae el virus del Zika

- ▶ En algunos lugares, el virus del Zika es propagado por mosquitos.
- ▶ Un hombre o una mujer con Zika puede también propagar el virus a otras personas a través de relaciones sexuales vaginales, anales u orales o al compartir juguetes sexuales.
- ▶ Los mosquitos portadores del Zika pican durante el día y la noche.

## Qué NO sabemos acerca del Zika

Hay muchas cosas que no sabemos acerca del Zika, incluyendo:

- ▶ Qué probabilidades hay de que el Zika afectará el feto de una mujer durante el embarazo.
- ▶ Si el efecto del Zika en el feto es diferente dependiendo de cuándo durante el embarazo la mujer se infecta.
- ▶ Por cuánto tiempo el virus del Zika puede permanecer en el semen y en los fluidos vaginales.
- ▶ Dónde los mosquitos que transmiten el Zika se encontrarán en los Estados Unidos en el futuro.
- ▶ Cuándo estarán disponibles una vacuna para prevenir o medicamentos para tratar el Zika.

## ¿Está USTED en riesgo?

Usted puede estar expuesto al Zika:

- ▶ Si vive en (o viaja a) un área con mosquitos que propagan el Zika
- ▶ Si tiene relaciones sexuales con un hombre o una mujer que tiene el Zika

## Protéjase a usted y a otros del Zika

Para prevenir el Zika al tener relaciones sexuales usted puede **usar condones** (masculinos o femeninos), **cada vez que tenga relaciones sexuales vaginales, anales u orales o que comparta juguetes sexuales:**

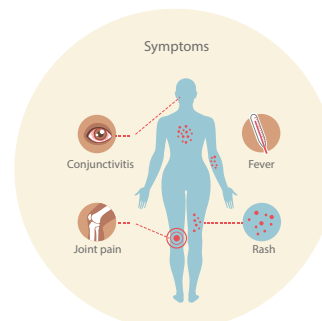
- ▶ Si usted tiene sexo con un hombre o una mujer que pueden haber estado expuesto al Zika
- ▶ Si usted es un hombre o una mujer que puede haber estado expuesto al Zika

Si usted esta sexualmente activa y en riesgo de un embarazo no planeado, puede elegir también utilizar uno de los muchos **métodos anticonceptivos seguros y eficaces.**

Use repelente y siga los otros pasos para **evitar las picaduras de mosquitos.**

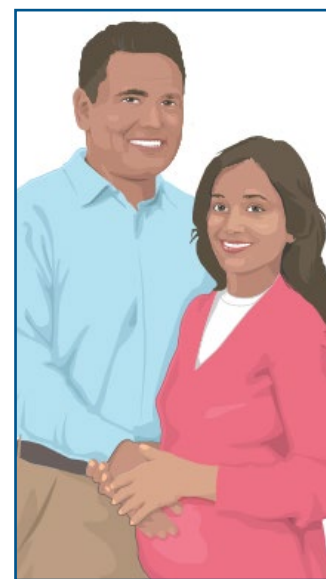
## Síntomas del Zika

La mayoría de las personas con Zika ni siquiera saben que tienen el virus. Los síntomas por lo general son leves y duran de varios días a una semana. Los síntomas más comunes son:



- ▶ Fiebre
- ▶ Sarpullido
- ▶ Dolor en las articulaciones
- ▶ Ojos enrojecidos

Usted puede propagar el Zika aunque no tenga síntomas.



Para obtener la información más actualizada de las áreas con Zika, hable con su proveedor de salud o visite el sitio del CDC: <http://espanol.cdc.gov/es/travel/page/zika-information>

Para obtener más información y servicios de salud contacte:

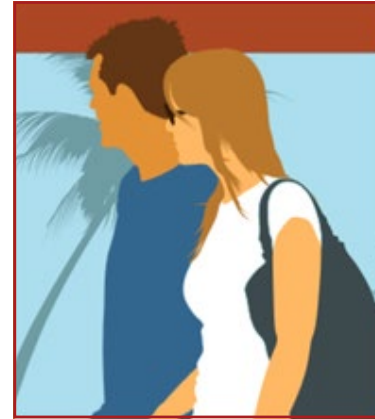
Encuentra la información más reciente sobre el Zika en el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades <http://espanol.cdc.gov/zika/>

# Protegiéndose a usted misma y a otros del Zika



Para **mujeres** viviendo en áreas donde los mosquitos no están propagando el Zika

- ▶ Si una mujer adquiere el virus del Zika mientras está embarazada, ella puede tener un aborto espontáneo o su bebé puede nacer con defectos congénitos graves.
- ▶ En algunos lugares, el virus del Zika es transmitido por mosquitos. El Zika también puede ser transmitido a través de relaciones sexuales vaginales, orales o anales, o al compartir juguetes sexuales con un hombre o una mujer con Zika.
- ▶ Si usted o su(s) pareja(s) viven en, o viajan a un área con Zika —Usted puede contraer Zika.



## ¿Cómo protegerse y proteger a otros?

### Prevenga el contagio del Zika por transmisión sexual

Para prevenir el contagio de Zika cuando tenga relaciones sexuales con alguien que ha viajado a, o vivido en un área con Zika:

Use condones de forma correcta cada vez

**O**

No tenga relaciones sexuales vaginales, orales o anales

- ▶ *Para parejas masculinas* — Durante al menos **3 meses** desde la última posible exposición al virus, o desde el comienzo de los síntomas.
- ▶ *Para parejas femeninas* — Por **8 semanas** después de la última posible exposición al virus, o desde el comienzo de los síntomas.

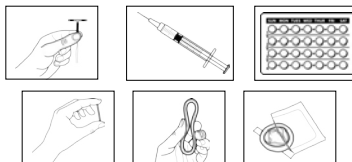


### Use métodos anticonceptivos si desea prevenir el embarazo

Una mujer puede estar expuesta al Zika antes de que sepa que está embarazada.

Sin el uso de métodos anticonceptivos 85 de cada 100 mujeres sexualmente activas quedan embarazadas dentro de un año.

Hay muchos métodos anticonceptivos diferentes, seguros y efectivos.



Hable con su proveedor de salud acerca de lo que es importante para usted en un método.

### Prevenga el contagio del Zika por los mosquitos

Si usted o su(s) pareja(s) viaja(n) a un área con Zika:

- ▶ Use repelentes de insectos registrados en la Agencia de Protección Ambiental de los EE. UU. (EPA, por sus siglas en inglés) durante el viaje y durante 3 semanas después de volver a casa.



- ▶ Use camisas de mangas largas, pantalones largos y calcetines.
- ▶ Use ropa tratada con permetrina.
- ▶ Permanezca en lugares con aire acondicionado o con mallas protectoras en ventanas y puertas.
- ▶ Duerma debajo de un mosquitero
- ▶ Vacíe el agua estancada cerca de su casa o trabajo



- ▶ Cree y utilice su propio kit de prevención de Zika: [http://espanol.cdc.gov/img/cdc/ES\\_48616.pdf](http://espanol.cdc.gov/img/cdc/ES_48616.pdf)

# Cómo el riesgo del Zika puede afectar sus planes de embarazo



- ▶ Mujeres y parejas con riesgo de Zika pueden desear retrasar el embarazo hasta que se sepa más sobre el virus.
- ▶ Se recomienda a las mujeres embarazadas que **no** viajen a zonas con Zika. Aquellas personas que están planeando un embarazo, deberían considerar evitar viajes que no sean esenciales a las áreas con transmisión activa del Zika.
- ▶ Si una **mujer ha sido potencialmente expuesta** al Zika a través de viajes o actividad sexual, ella debería **esperar por lo menos 8 semanas antes de tratar de quedar embarazada**. Si tiene síntomas de Zika, ella debería esperar por lo menos 8 semanas después de que los síntomas comienzan.
- ▶ Si un **hombre ha sido expuesto** al Zika, la pareja debería esperar por lo menos **3 meses después de la posible exposición** o del comienzo de los síntomas antes de tratar de quedar embarazada. Usar condones y considerar el uso de métodos anticonceptivos adicionales o no tener relaciones sexuales durante este periodo.
- ▶ Si la mujer está embarazada, y su pareja está en riesgo de Zika, deberían **usar condones** para el sexo vaginal, oral o anal o no tener relaciones sexuales a **durante** todo el **embarazo**.

## ¿Qué estás pensando sobre el embarazo?

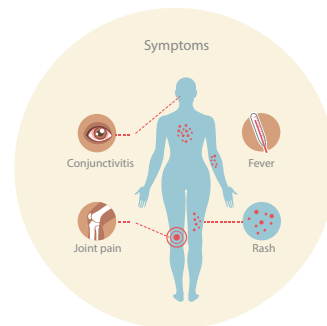
Hable con su proveedor de salud acerca de sus planes futuros de embarazo, y las opciones de métodos anticonceptivos si usted no desea un embarazo ahora.



**Podemos ayudar a responder sus preguntas sobre el Zika, el embarazo y los métodos anticonceptivos.**

## Síntomas del Zika

La mayoría de las personas con Zika ni siquiera saben que tienen el virus. Los síntomas por lo general son leves y duran de varios días a una semana. Los síntomas más comunes son:



- ▶ Fiebre
- ▶ Sarpullido
- ▶ Dolor en las articulaciones
- ▶ Ojos enrojecidos

Usted puede propagar el Zika aunque no tenga síntomas.

Para obtener más información y servicios contacte:

Encuentra la información más reciente sobre el Zika en el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: <http://espanol.cdc.gov/zika/>

# Lo que los hombres necesitan saber sobre el Zika



Para **hombres** viviendo en áreas donde los mosquitos no están propagando el Zika



- ▶ En algunos lugares, el virus del Zika es transmitido por mosquitos.
- ▶ Zika también puede ser transmitido a través de relaciones sexuales vaginales, anales u orales, o por compartir juguetes sexuales. Un hombre o una mujer con Zika puede propagar el virus a sus parejas sexuales masculinas o femeninas.
- ▶ Si una mujer se infecta con Zika mientras está embarazada, puede tener un aborto espontáneo o su bebé puede nacer con defectos congénitos severos. El Zika puede hacer que el bebé tenga microcefalia, un grave defecto congénito que es un signo de desarrollo cerebral incompleto.

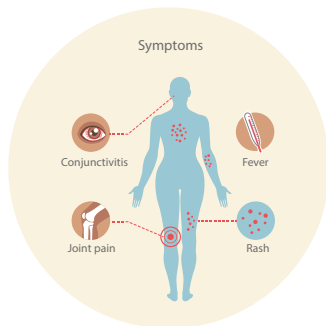
## Riesgos de contagio y la propagación del Zika en los hombres

Si **vive en o viaja a un área con Zika** — Usted podría estar expuesto al Zika a través de las picaduras de mosquitos. También puede contagiarse del Zika al tener relaciones sexuales con alguien con Zika.

Es posible que usted **no** sepa que tiene Zika, pero aun así puede propagar el virus a otros durante las relaciones sexuales. En ese caso, si su pareja femenina queda embarazada, o si ya está embarazada, su feto en desarrollo puede adquirir el Zika y nacer con defectos congénitos graves.

### Síntomas del Zika

La mayoría de las personas con Zika ni siquiera saben que tienen el virus. Los síntomas por lo general son leves y duran de varios días a una semana. Los síntomas más comunes son:



- ▶ Fiebre
- ▶ Sarpullido
- ▶ Dolor en las articulaciones
- ▶ Ojos enrojecidos

**Si ha estado expuesto al Zika** usted puede propagar el virus a sus parejas sexuales:

- ▶ Por hasta 3 meses, después de su última posible exposición o desde el comienzo de los síntomas.

## Si usted o su pareja desean tener un bebé

Es recomendable que espere hasta que usted ya no esté en riesgo de propagar el virus del Zika antes de quedar embarazada. Hable con su proveedor de salud antes de intentar el embarazo, incluso si usted no ha tenido síntomas del Zika.

# Cómo protegerse y proteger a otros del Zika

## Prevenga el contagio o la transmisión de Zika al tener relaciones sexuales

Si Ud. vive en o viaja a una zona con Zika, puede ayudar a prevenir el contagio y la transmisión del Zika mediante el uso de condones para el sexo vaginal, anal u oral, o por no tener relaciones sexuales mientras esté allí.

Si Ud. va a una zona con Zika y vuelve a una zona sin Zika, debería esperar antes de intentar un embarazo con su pareja:

- ▶ Por los menos 3 meses después de su regreso o del inicio de los síntomas.

Durante el período de tiempo cuando hay riesgos de propagación del Zika, puede usar condones y prevenir el embarazo con anticonceptivos o no tener relaciones sexuales.



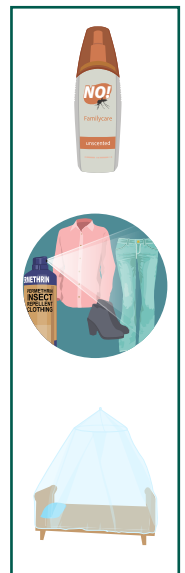
## Evite la propagación Zika a un futuro hijo

Si su pareja puede estar embarazada o está embarazada y fueron expuestos al Zika, use condones o no tenga relaciones sexuales vaginales, anales u orales durante todo el embarazo. Esto puede reducir el riesgo de tener un bebé que sea perjudicado por el virus del Zika.

## Prevenga las picaduras de mosquitos.

Si vive en o viaja a un área con Zika, protéjase de las picaduras de mosquitos cuando esté ahí.

- ▶ Utilice repelentes de insectos registrados en la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés) (Siga usando el repelente por 3 semanas una vez que vuelva a su casa, para evitar que los mosquitos de la zona lo piquen y transmitan el virus a otras personas en el área).
- ▶ Use camisas de manga larga, pantalones largos, zapatos cerrados y calcetines.
- ▶ Use ropa tratada con permetrina.
- ▶ Permanezca en lugares con aire acondicionado o que tengan mosquiteros en las puertas y ventanas.
- ▶ Duerma con mosquitero si no hay aire acondicionado o mallas en puertas y ventanas.
- ▶ Vacíe el agua estancada cerca de su casa o trabajo.
- ▶ Cree y utilice su propio kit de prevención de Zika:  
<http://espanol.cdc.gov/enes/zika/prevention/prevention-kit.html>



Para obtener más información y servicios contacte:

Encuentra la información más reciente sobre el Zika en el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: <http://espanol.cdc.gov/zika/>