

# Folletos educativos para los clientes en áreas CON 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 las personas que viven en áreas con Zika



**Si una mujer adquiere el 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?

- ▶ El virus del Zika es transmitido principalmente por mosquitos.
- ▶ Un hombre o una mujer con Zika puede también propagar el virus a otras personas a través de relaciones sexuales vaginales, anales, 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 afecte 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 el fluido vaginal.
- ▶ Dónde los mosquitos que transmiten el Zika se encontrarán en los Estados Unidos en el futuro.
- ▶ Cuándo estará disponible una vacuna o medicamentos para prevenir o 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

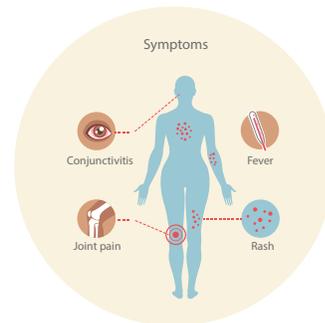
Para prevenir el Zika, al tener relaciones sexuales, usted puede **usar condones** (masculinos o femeninos), **cada vez que tenga relaciones sexuales vaginales, anales u orales.**

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

Use repelente de mosquitos 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 la 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 de salud contacte:

Encuentre la información más reciente sobre 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 **con** Zika



- ▶ El virus del Zika es transmitido principalmente por mosquitos. Si una mujer adquiere el Zika mientras está embarazada, ella puede tener un aborto espontáneo o su bebé puede nacer con defectos congénitos graves.
- ▶ El Zika también puede ser transmitido a través de relaciones sexuales vaginales, orales, anales, o por 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 podría contraer Zika.



## Cómo protegerte y proteger a otros

### Prevenga el contagio del Zika por transmisión sexual

Para prevenir el contagio de Zika cuando tenga relaciones sexuales:

- ▶ Use condones de forma correcta cada vez
- O**
- ▶ No tenga relaciones sexuales vaginales, orales o anales

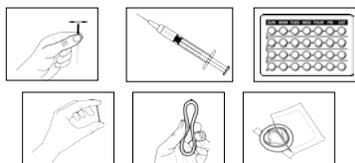


Si está **embarazada**, use **condones** o **no tenga relaciones sexuales** durante todo su embarazo.

### Use métodos anticonceptivos si desea prevenir el embarazo

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

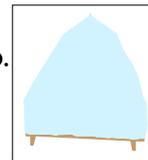
Hay muchos métodos anticonceptivos diferentes, seguros y efectivos.



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

### Prevenga el contagio del Zika por los mosquitos

- ▶ Use repelentes de mosquitos registrados en la EPA.
- ▶ Use camisas de mangas largas, pantalones largos y calcetines.
- ▶ Use ropa tratada con permetrina.
- ▶ Permanezca en lugares con aire acondicionado o con mallas metálicas 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 del 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



- ▶ Las mujeres y las parejas pueden desear retrasar el embarazo hasta que se sepa más sobre el Zika.
- ▶ Si una **mujer ha tenido síntomas** de Zika, debería **esperar por lo menos 8 semanas** antes de tratar de quedar embarazada.
- ▶ Si un **hombre ha tenido síntomas** de Zika, su pareja debería esperar **por lo menos 3 meses** antes de tratar de quedar embarazada y debería usar condones o no tener relaciones sexuales durante este periodo. Esto se debe a que el Zika, puede permanecer en el semen del hombre muchos meses después de que el adquiere el virus por primera vez.
- ▶ Si una mujer está embarazada, y su pareja (ya sea femenina o masculina) está en riesgo de Zika, deberían **usar condones** siempre durante el sexo vaginal, oral o anal o no tener relaciones sexuales **durante todo el embarazo**.

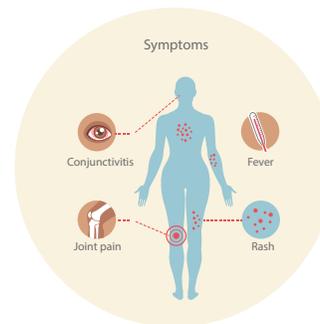
## ¿Qué piensa sobre el embarazo?

Hable con su proveedor de salud acerca de sus planes futuros de embarazo y las opciones de métodos anticonceptivos si no desea quedar embarazada 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 las personas que viven en áreas con Zika



- ▶ El Zika es un virus transmitido principalmente por mosquitos.
- ▶ El Zika también puede ser transmitido a través de relaciones sexuales vaginales, anales u orales, o por compartir juguetes sexuales con un hombre o una mujer con Zika.
- ▶ 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 un área con Zika**—Usted podría estar expuesto al Zika a través de las picaduras de mosquitos. También puede contagiarse de Zika al tener relaciones sexuales con alguien con Zika.

Es posible que usted **no** sepa que tiene Zika, pero aun así puede transmitir 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.

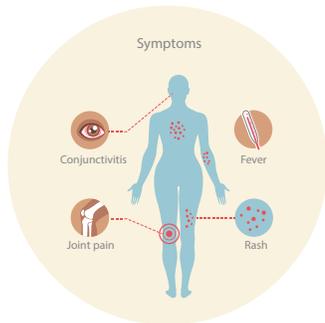
### Síntomas del Zika

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 su o sus parejas sexuales:

- ▶ Durante al menos 3 meses independientemente de si ha tenido síntomas.



## Si usted o su pareja desean tener un bebé

Hable con su proveedor de atención médica sobre cómo usted puede reducir el riesgo de propagación del Zika si usted y su pareja desean tener un bebé. Ayude a proteger a su pareja y futuro hijo del Zika. A continuación le brindamos algunos consejos:

- ▶ Si ha tenido síntomas, espere al menos 3 meses contados a partir de la aparición de los síntomas para intentar que su pareja quede embarazada. Use condones o no tenga relaciones sexuales durante al menos 3 meses contados a partir del momento de la aparición de los síntomas, aunque esté usando otra forma de método anticonceptivo.
- ▶ Hable con su proveedor de salud antes de intentar el embarazo, incluso si usted no ha tenido síntomas de Zika.
- ▶ Protéjase de las picaduras de mosquitos con repelente y sigan los pasos descritos en el otro lado de esta página.

# Cómo protegerse y proteger a otros del Zika

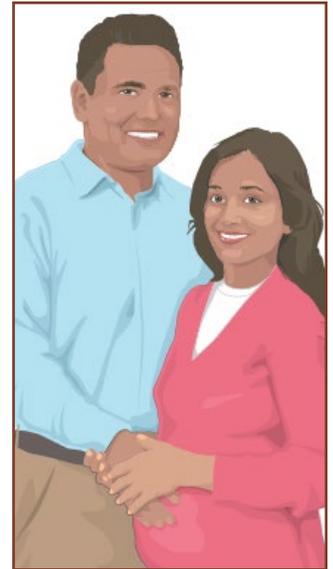
## Prevenga la transmisión de Zika al tener relaciones sexuales

Para prevenir el contagio y la propagación Zika al tener relaciones sexuales:

- ▶ Use condones correctamente siempre que tenga relaciones sexuales
- 
- ▶ No tenga relaciones sexuales vaginales, orales o anales

Si tiene síntomas de Zika, use condones con todas sus parejas por al menos 3 meses contados a partir de la aparición de los síntomas.

Hay también muchos métodos anticonceptivos diferentes, seguros y efectivos que las mujeres pueden usar para prevenir el embarazo si lo desean.



## Prevenga la transmisión del Zika a su futuro hijo

- ▶ Si su pareja puede quedar embarazada o si está embarazada, use condón siempre que tenga relaciones sexuales vaginales, orales o anales; o no tenga relaciones sexuales durante todo el embarazo.

## Prevenga el contagio del Zika a través de las picaduras de mosquitos

Si usted vive en un área con Zika protéjase de las picaduras de mosquitos.

- ▶ Utilice repelentes de insectos registrados en la Agencia de Protección Ambiental (EPA, siglas en inglés). (Si está viajando a un área sin Zika, use el repelente por 3 semanas una vez que arribe, 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 y medias o calcetines.
- ▶ Use ropa tratada con permetrina.
- ▶ Permanezca en lugares con aire acondicionado o que tengan mallas metálicas 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 del Zika: <http://espanol.cdc.gov/enes/zika/prevention/prevention-kit.html>



Para obtener más información y servicios de salud contacte:

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