

Cómo protegerse y proteger a otros del Zika

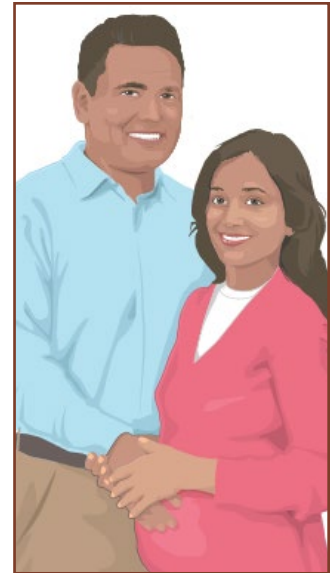
Prevenga la transmisión de Zika al tener relaciones sexuales

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.



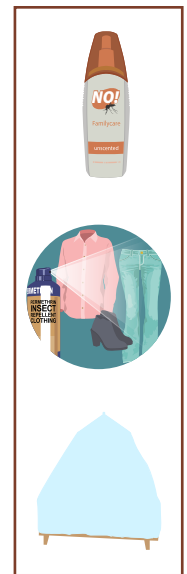
Prevenga la transmisión del Zika a su futuro hijo

- ▶ 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>