

# ZIKA + EL EMBARAZO

## LO QUE LOS CALIFORNIANOS NECESITAN SABER



- Zika es un virus principalmente propagado por los mosquitos.
- Zika puede ser transmitido sexualmente por alguien que ha estado en áreas con Zika.
- Zika se puede transmitir de una mujer embarazada a su bebé en útero, y puede causar el aborto involuntario, el nacimiento del bebe muerto y los defectos de nacimiento.
- No existe medicina o vacuna específica para el virus Zika.

## VIAJES DE TRABAJO, VISITANDO A LA FAMILIA O DE VACACIONES



- ¿Embarazada? No vaya a zonas con Zika.
- ¿Debe viajar? Hable primero con su médico y siga los pasos para prevenir las picaduras de mosquitos durante su viaje.
- Si está embarazada y estuvo recientemente en una área con Zika, consulte a su médico acerca de la prueba de Zika.
- ¿Regreso su pareja de una área con Zika? No tengan relaciones sexuales o practiquen sexo seguro por medio del uso de condones (masculinos o femeninos) y presas dentales cada vez que usted tiene sexo (vaginal, anal u oral).

## PREVENCIÓN DE PICADURAS DE MOSQUITOS



- Use camisas de manga larga y pantalones largos.
- Mantenga los mosquitos afuera cerrando ventanas y puertas. No se le olvide drenar el agua estancada y tirar los recipientes donde los mosquitos pueden poner huevos.
- Utilice repelentes de insectos registrados por el EPA. Son seguros para las mujeres embarazadas y a las mamás que están dando lactancia - siga las instrucciones de la etiqueta.
- Visite este sitio para obtener una lista de ingredientes repelentes de insectos seguros: <https://espanol.epa.gov/control-de-plagas/encuentre-el-repelente-de-insectos-adecuado>

## PRUEBA DE ZIKA



- Si está embarazada y usted o su pareja han estado en una área con Zika, hable con su médico acerca de hacerse la prueba.
- Si usted va a menudo a zonas con Zika, es posible que necesite hacerse la prueba más de una vez.
- No existen pruebas de que el Zika afecte embarazos futuros. Hable con su médico sobre su planificación familiar.

## APRENDA MÁS



**APRENDA MÁS:**  
[www.cdph.ca.gov/Zika](http://www.cdph.ca.gov/Zika)  
**#HablemosdeZIKA**

**¿DÓNDE ESTÁ ZIKA EN EL MUNDO?**  
[www.cdc.gov/zika/geo](http://www.cdc.gov/zika/geo)