

# ZIKA + EMBARAZO

## Lo que necesitan saber los californianos



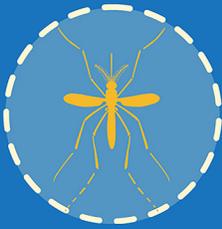
- Solamente los mosquitos infectados específicamente con el virus pueden transmitir el Zika.
- No hay una vacuna para evitar ni una medicina para tratar el Zika.
- El Zika puede ser transmitido sexualmente por alguien quien viajó a áreas con el Zika.
- Una mujer embarazada puede transmitir el Zika a su feto, que puede causar ciertos defectos congénitos.

## Viajar y el embarazo

- ¿Embarazada? No viaje a áreas con Zika.
- ¿Necesita viajar? Hable con su médico antes de viajar y siga las medidas para evitar las picaduras de mosquitos durante su viaje.
- Si ha viajado, especialmente si tiene síntomas de Zika – fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones, ojos enrojecidos – visite su médico inmediatamente.
- ¿Su pareja masculina regresó de un viaje donde hay Zika? Siempre use condones durante el sexo.



## Evitar las picaduras de mosquitos



- Use camisas de manga larga y pantalones largos.
- Mantenga los mosquitos fuera con el uso de mallas o telas metálicas en las puertas y ventanas. Drene el agua estancada y tire los contenedores donde los mosquitos pueden poner huevos en su jardín.
- Use repelentes de insectos registrados en la EPA. Son seguros para las mujeres embarazadas y las que están amamantando – siga las instrucciones de la etiqueta.
- Visite este sitio para una lista de ingredientes seguros de repelentes:  
[www.cdc.gov/chikungunya/pdfs/factsheet\\_mosquito\\_bite\\_prevention\\_us\\_spanish.pdf](http://www.cdc.gov/chikungunya/pdfs/factsheet_mosquito_bite_prevention_us_spanish.pdf)

## ¿Esté planeando un embarazo?

- Si está planeando quedar embarazada, usted y su pareja deberían hablar con su médico sobre el riesgo a viajar a áreas con el virus de Zika.
- Si usted o su pareja han viajado a un área donde el virus de Zika se propaga, hablen con su médico antes de quedar embarazada.
- Manténgase informado sobre donde el Zika se propaga – estas áreas cambian. Visite este sitio para ver un mapa: [espanol.cdc.gov/zika/geo/americas.html](http://espanol.cdc.gov/zika/geo/americas.html)



## Aprenda más



Visite [www.cdph.ca.gov](http://www.cdph.ca.gov) y busque “Zika”

#TalkZIKA

