

# Presentation Instructions

**This *Zika 101* presentation provides answers to commonly asked questions about Zika that can be used within your local agency and for outreach or education to the public.**

- You may use this presentation “as is” with the CDPH logo, or you may co-brand with your agency’s logo if desired.
- If you wish to change the content of the slides and customize to your own needs, please remove the CDPH logo from the altered slides, but you are welcome to acknowledge technical assistance and/or graphics from the CDPH.



# **ZIKA 101**

## **Información Básica de Zika**

**Departamento de Salud Pública de California**

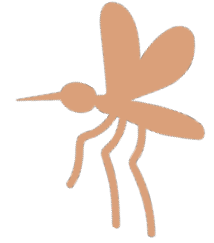
# Resumen de la presentación

Esta presentación dará respuesta a preguntas comunes sobre el Zika:

- ¿Qué es el Zika?
- ¿Debería preocuparme por el Zika?
- ¿Hay Zika en California?
- ¿Cómo prevenir una infección por Zika?



# ¿Qué es el Zika?



- El Zika es un virus propagado por el mosquito y también es transmitido sexualmente.
- El Zika es más común en zonas del mundo cálidas o tropicales, incluyendo:
  - Centro y Sudamérica (México incluido)
  - El Caribe y las islas del Pacífico
  - Algunos países en África y Asia
- Algunos mosquitos en esas zonas son infectados por el virus del Zika y pueden propagarlo cuando pican a las personas.



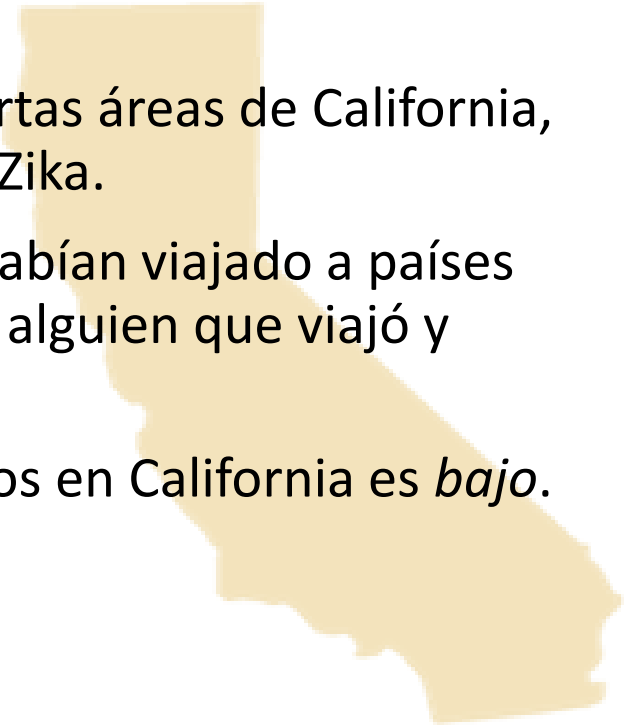
# ¿Debería preocuparme por el Zika?

- Cualquier persona puede contraer el Zika si no ha sido infectado previamente.
- La mayoría de las personas infectadas con Zika no presentan síntomas, por lo que incluso pueden no saber si tienen el virus.
- **El Zika debe ser una de las mayores preocupaciones para una mujer embarazada.** El Zika puede causar defectos de nacimiento si una mujer embarazada se infecta.
- Es importante evitar áreas con Zika, prevenir las picaduras de mosquito y practicar sexo seguro para prevenir la propagación del Zika.

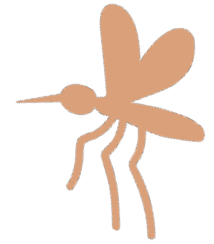


# ¿Hay Zika en California?

- En los Estados Unidos, el Zika ha sido propagado por mosquitos en algunas partes de Florida y Texas, pero no en California.
- Los mosquitos que pueden propagar el virus del Zika están en ciertas áreas de California, pero no se han encontrado mosquitos infectados con el virus del Zika.
- Los únicos casos de Zika en California han sido en personas que habían viajado a países con Zika y se infectaron durante el viaje o habían tenido sexo con alguien que viajó y regresó infectado.
- El riesgo de transmisión del virus del Zika por mosquitos infectados en California es *bajo*.



# ¿Cómo se propaga el Zika?



## 1) Mediante los mosquitos:

- El Zika es transmitido a las personas principalmente por medio de la picadura de mosquitos infectados (*Aedes aegypti* o *Aedes albopictus*) que están en áreas del mundo con una transmisión activa del virus de Zika.
- Los mosquitos que pueden propagar el Zika están en algunas partes de California, pero solo pueden transmitir y propagar el Zika después de picar a una persona que ya está infectada con Zika (esta forma es llamada “transmisión local”).
- Hasta ahora no ha habido transmisión local del virus del Zika en California, pero han ocurrido infecciones de Zika en gente que ha regresado de viajar o en personas que tuvieron relaciones sexuales con alguien que se infectó durante un viaje.



# Mosquitos vectores del Zika

- Mosquitos *Aedes aegypti* y *Aedes albopictus*
  - También transmiten los virus del dengue y chikungunya
  - Viven dentro y alrededor de las viviendas
  - Depositán sus huevos en la vivienda o en contenedores que se encuentren en los patios, como:
    - Macetas, llantas viejas, trastes de mascotas
  - Durante el día presentan agresividad para picar



*Aedes albopictus*

Photo Source: CDC



*Aedes aegypti*

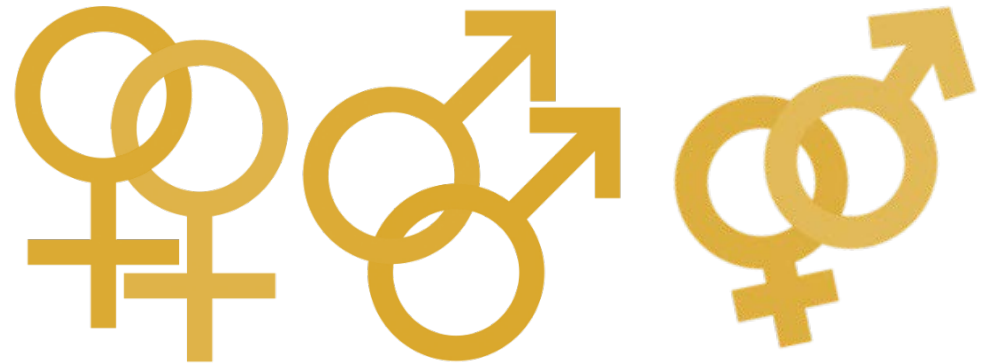
Photo Source: CDC



# ¿Cómo se transmite el Zika?

## 2) Mediante el sexo:

- Usted también puede contraer el Zika mediante el contacto sexual con una persona infectada (mujer u hombre) que recientemente haya estado en una zona con Zika.
- El contacto sexual incluye:
  - Sexo vaginal, anal u oral entre:
    - Hombres y mujeres
    - Mujeres y mujeres
    - Hombres y hombres
  - Compartir juguetes sexuales



# ¿De qué otra forma puede transmitirse el Zika?

## 3) De la madre al bebé en útero:

- Si una mujer embarazada es infectada por Zika, puede transmitir el virus a su bebé en útero.
- La infección con el virus del Zika durante el embarazo puede causar:
  - Aborto
  - Muerte fetal
  - Graves defectos al nacer (como microcefalia)
- Frente al virus del Zika, es muy importante que las mujeres embarazadas se protejan a sí mismas así como a su bebé en útero.
- **NO** hay medicamento ni vacuna específica contra el Zika.



# Áreas con Zika

- Ir a zonas con Zika es correr el riesgo de infectarse.
- Las mujeres embarazadas no deben ir a tales áreas.
- El Zika está activo en las áreas cálidas o tropicales del mundo, incluyendo:
  - **México**
  - **Puerto Rico**
  - **Centro y Sudamérica**
  - Las islas del Caribe (incluyendo la República Dominicana, Jamaica, Islas Vírgenes de EEUU)
  - Las islas del Pacífico (incluyendo Fiji y Papua Nueva Guinea)
  - Algunos países de África y el sureste asiático
- **Si debe viajar a estas áreas, primero consulte a su médico.**



# Síntomas

- La mayoría de las personas infectadas con Zika **no tiene síntomas**. Esto significa que una persona infectada puede pasar el virus a alguien más sin saberlo.
- Si usted tiene síntomas, los más comunes son:
  - Fiebre, sarpullido, dolor de las articulaciones y ojos rojos
- Si uno o más síntomas ocurren, regularmente comienzan unos días después de haber sido picado por un mosquito infectado o bien tenido sexo sin protección con una persona infectada. El padecimiento regularmente es moderado, con síntomas que duran alrededor de una semana.
- Vea a su doctor si tiene estos síntomas y recientemente ha estado en un área con Zika. **El mayor riesgo del Zika es para el bebé de una mujer embarazada.**

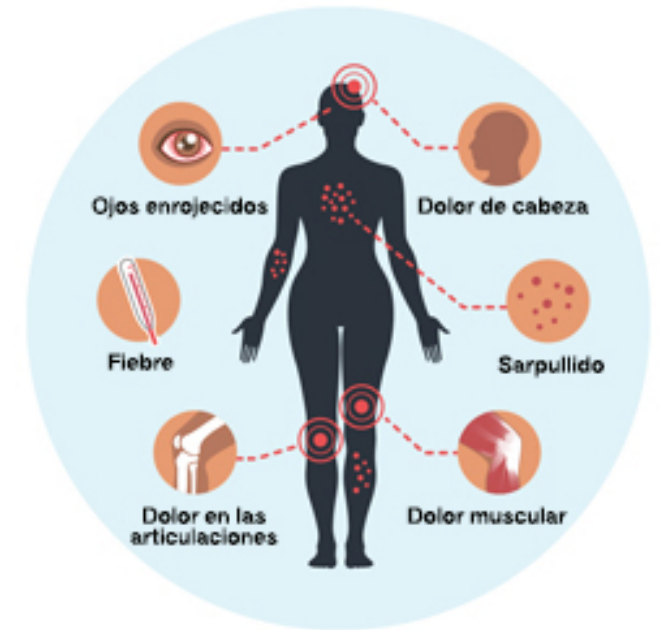


Image Source: CDC



# Prevención – Transmisión por mosquito

## 1) Prevenga picaduras de mosquito

- Utilice repelente para insectos registrado por EPA cuando vaya a zonas con Zika.
  - El repelente para insectos registrado por EPA es **seguro** para las mujeres embarazadas o amamantando siempre y cuando se sigan las indicaciones de uso en la etiqueta.
  - No utilice repelente para insectos en bebés menores de dos meses.
- Cuando sea posible, utilice pantalones y camisas de manga larga.
- Permanezca y duerma en habitaciones con mosquiteros o aire acondicionado, o use un mosquitero para dormir.
- Cuando regrese a casa, continúe utilizando el repelente de insectos durante 3 semanas para prevenir la propagación del Zika en su vecindario.



**NO**   
**TRAIGA**  
**EL ZIKA**  
**A CASA**

**utilice**  
**repelente para**  
**un viaje seguro.**

**INFÓRMESE CÓMO**

PRESENTADO POR EL  
DEPARTAMENTO DE SALUD  
PÚBLICA DE CALIFORNIA

# Prevención – Transmisión Sexual

## 2) Practique sexo seguro

- Utilice condones (masculinos o femeninos) y protectores bucales durante todo tipo de relaciones sexuales y después de viajar.
  - **Hombres:** Practiquen sexo seguro por al menos **3 meses** después de estar en un área con Zika.
  - **Mujeres:** Practiquen sexo seguro por al menos **2 meses** después de estar en un área con Zika.
- **Si su pareja está embarazada, o bien no tengan sexo o utilicen condones durante el resto del embarazo.**
- No tener sexo es la **única** manera para asegurarse de que usted no contraerá el Zika por transmisión sexual.

NO  
TRAIGA  
EL ZIKA  
A CASA



protéjense  
y utilicen  
protección.

INFÓRMESE CÓMO

PRESENTADO POR EL  
DEPARTAMENTO DE SALUD  
PÚBLICA DE CALIFORNIA

# Proteja a su familia

- **Si usted está embarazada o planea estarlo**, evite ir a zonas con Zika.
- Si debe ir o ha estado recientemente en zonas con Zika, **consulte a su médico**.
- **Si su pareja ya está embarazada:** no tengan sexo o utilicen condones durante el resto del embarazo.
  - No tener sexo es la única forma de asegurar que no contraerá el Zika por transmisión sexual.
  - Los condones ayudarán a prevenir la transmisión sexual del Zika durante el sexo.
  - Prevenir la transmisión del Zika puede ayudar a prevenir en su bebé defectos al nacer relacionados con el Zika.



**NO  
TRAIGA  
EL ZIKA  
A CASA**



**protéjase  
y proteja a  
su bebé.**

**INFÓRMESE CÓMO**

PRESENTADO POR EL  
DEPARTAMENTO DE SALUD  
PÚBLICA DE CALIFORNIA

# ¿No planea embarazarse?

- **Si usted no está planeando un embarazo, es importante prevenir un embarazo accidental mientras viaja en áreas con Zika.**
- Si va a zonas con Zika, utilice un método anticonceptivo efectivo y de uso prolongado.
  - Ejemplos: DIUs o implantes
- Utilice condones **y** un método anticonceptivo efectivo para retrasar el embarazo hasta que sea seguro (al menos 2 meses para mujeres y 3 meses para hombres que viajan).
- Busque un [proveedor de servicios de planificación familiar](http://www.familypact.org) en su zona postal:  
<http://www.familypact.org>
- Encuentre [más información sobre métodos anticonceptivos](https://www.bedsider.org/es) y cómo obtenerlos:  
<https://www.bedsider.org/es>





# Recuerde...

- **No vaya** a zonas con Zika si está embarazada o planea embarazarse.
- Toda la gente que vaya a zonas con Zika debe **utilizar repelente de mosquitos para tener una visita** segura.
- **El Zika se transmite sexualmente** – utilice condones durante el sexo si su pareja ha estado en zonas con Zika, *incluso* si está embarazada o en una relación seria.
- Si usted o su pareja está embarazada, o bien no tengan sexo o utilicen condones **por el resto del embarazo**.

**Mantenga segura a su familia y a California— ¡No traiga Zika a casa!**



# Recursos relacionados

(en inglés y en español)

- [\*No traiga el Zika a casa\*](#) carteles

[www.SinelZikaCA.com](http://www.SinelZikaCA.com)

- [CDPH Zika Posters](#)

[www.cdph.ca.gov/Zika](http://www.cdph.ca.gov/Zika)

- Zika + Embarazo
- Zika + Sexo
- Zika + Planificación familiar
- Zika + Viaje
- Zika + Hombres

