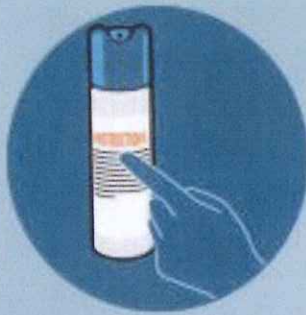


Protéjase y proteja a su familia de las picaduras de mosquitos (continuación)



- ◀ Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto.
- Vuelva a aplicar el repelente de insectos cada cierta cantidad de horas, dependiendo del producto y la concentración que haya elegido.
 - » No ponga repelente en la piel debajo de la ropa.
 - » Si también usa un filtro solar, aplíquelo primero y luego el repelente de insectos.

Repelentes de insectos naturales (repelentes no registrados en la EPA)

- La EPA no ha evaluado la efectividad de los repelentes de insectos naturales.
 - » Algunos ejemplos de ingredientes usados en repelentes de insectos que no han sido registrados incluyen aceite de citronela, aceite de cedro, aceite de geranio, aceite de menta o aceite de soja.

Si tiene un bebé o niño



- Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto al aplicar repelente de insectos a los niños.
- No utilice repelente de insectos en bebés menores de dos meses.
- Vista a su hijo con ropa que le cubra los brazos y las piernas, o...
- ◀ Cubra la cuna, el coche y el portabebés con un mosquitero.
- No aplique repelente de insectos en las manos, los ojos, la boca, o la piel irritada o cortada de un niño.
 - » Adultos: Rocíen el repelente de insectos en sus manos y luego aplíquelo en la cara del niño.

Trate la ropa y el equipo

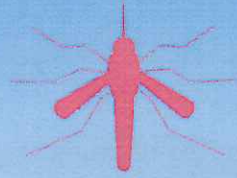


- ◀ Trate con permetrina los artículos como botas, pantalones, calcetines y tiendas de campaña o compre ropa y equipo ya tratados con permetrina.
 - » La ropa tratada con permetrina lo protegerá luego de varias lavadas. Lea la información del producto para saber cuánto tiempo durará la protección.
 - » Si usted va a aplicar el tratamiento, siga las instrucciones del producto.
 - » No use productos con permetrina directamente sobre la piel.

Mantenga su hogar libre de mosquitos



- ◀ Use una malla o tela metálica en las puertas y ventanas. Repare los huecos que tenga la malla o tela metálica para mantener los mosquitos afuera.
- Use el aire acondicionado si está disponible.
- Evite que los mosquitos pongan huevos en agua acumulada.
 - » Una vez a la semana, vacíe y restriegue, dé vuelta, cubra o bote los recipientes que acumulen agua, tales como neumáticos, baldes, floreros, macetas, juguetes, piscinas, baños para pájaros, tiestos o contenedores de basura. Revise dentro y fuera de su hogar.

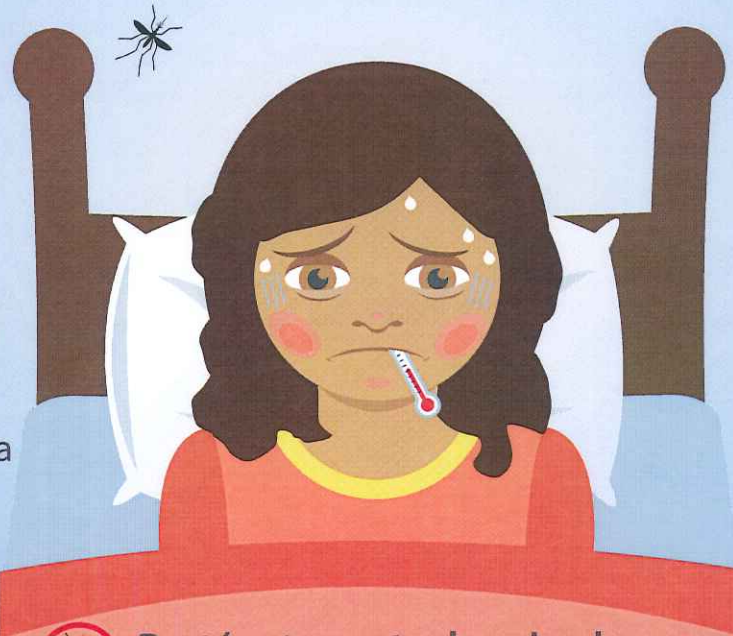


¿Enfermo con CHIKUNGUNYA, DENGUE, or ZIKA?

Protéjase y proteja a los demás de las picaduras de mosquitos durante la primera semana de enfermedad

Proteja a su familia y amigos

- Durante la primera semana con chikungunya, dengue, or Zika se puede encontrar el virus en la sangre
- Un mosquito que te pique en esta etapa puede infectarse
- Un mosquito infectado puede morder a un miembro de tu familia o un vecino y hacer que se enfermen.



Alerta a estos síntomas

Consulta a tu médico si desarrollas fiebre con cualquiera de los siguientes síntomas:

- Dolor muscular o en las articulaciones
- Dolor de cabeza, especialmente con dolor detrás de los ojos
- Sarpullido (rash)
- Conjuntivitis no purulenta (rojos rojos)



Protégete contra las picaduras de mosquitos

- Usa camisas de manga larga y pantalones largos.
- Instala tela metálica en las ventanas y puertas.
- Usa repelente de insectos.

Para más información:
www.salud.gov.pr
www.cdc.gov/chikungunya
www.cdc.gov/dengue
www.cdc.gov/zika



Departamento de Salud

Adaptado y traducido el 16 de enero de 2016 del documento *Sick with CHIKUNGUNYA, DENGUE, or ZIKA?*, disponible en: http://www.cdc.gov/zika/pdfs/sick_with_chikv_denv_zika.pdf

Posible asociación entre el virus Zika y microcefalia

El Departamento de Salud de Puerto Rico y los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades en Atlanta (CDC por sus siglas en inglés), están al tanto de los informes que han salido de Brasil sobre el aumento en el número de bebés que nacen con microcefalia (cabeza de tamaño más pequeño que el esperado). El Ministerio de Salud de Brasil está preocupado por una posible asociación entre el brote del virus del Zika y el aumento en el número de bebés nacidos con microcefalia.

Existen muchas causas de la microcefalia

- Hay muchas causas de la microcefalia en los bebés (por ejemplo, infecciones en la madre durante el embarazo, anomalías genéticas, exposición a sustancias tóxicas durante el embarazo). Debido a esto, se necesitará más tiempo para determinar con precisión la causa de la microcefalia en los casos que se reportaron en Brasil.

Dado que en Puerto Rico ya se ha identificado el primer caso de transmisión local del virus del Zika hacemos un llamado a las embarazadas para que utilicen las medidas de protección personal como el uso de repelentes y de vestimenta clara que cubra la mayor parte del cuerpo para así evitar las picaduras de mosquitos. Es importante que aquellas embarazadas que desarrollen cualquier condición que produzca fiebre, consulten con su médico a la mayor brevedad posible. También, si va viajar a Brasil u otros países de América Latina tomen las precauciones para evitar las picaduras de mosquitos para reducir su riesgo de infección con el virus del Zika y otros virus transmitidos por mosquitos como el dengue y el chikungunya.

¿Qué sabemos de la microcefalia en Brasil?

- A partir de octubre de 2015, el Ministerio de Salud de Brasil recibió informes de un aumento en el número de bebés que nacen con microcefalia.
- El número de casos de microcefalia es aproximadamente 10 veces más alto que lo que el país normalmente reporta en un año.
- Algunas muestras de los bebés con microcefalia han dado positivas por infección con el virus Zika pero varios bebés afectados también han dado negativo utilizando la misma prueba.
- La asociación de la infección por el virus del Zika y la microcefalia todavía está bajo investigación.
- CDC no está al tanto de publicaciones que reporten un mayor número de microcefalia que este asociados a otras enfermedades virales similares transmitidos por mosquitos (es decir flavivirus).

Para más información:

- Viste la página del Departamento de Salud de Puerto Rico www.salud.pr.gov
- También puede acceder las páginas de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades o de la Organización Panamericana de la Salud: <http://www.cdc.gov/zika/>; http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_topics&view=article&id=427

Adaptado y traducido 31 de diciembre del 2015 del documento, *Possible association between Zika virus and microcephaly*, disponible en:

<http://www.cdc.gov/zika/pdfs/possible-association-between-zika-virus-and-microcephaly.pdf>



Hacemos un llamado a las embarazadas para que utilicen las medidas de protección personal como el uso de repelentes y de vestimenta clara que cubra la mayor parte del cuerpo para así evitar las picaduras de mosquitos. Es importante que aquellas embarazadas que desarrollen cualquier condición que produzca fiebre, consulten con su médico a la mayor brevedad posible.



¿Qué repelentes de mosquitos funcionan mejor?

Se recomienda el uso de productos que contengan ingredientes activos que hayan sido registrados en la Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos (EPA) para su uso como repelentes aplicados a la piel y la ropa. De los productos registrados con la EPA, los que contienen DEET, Picaridin, IR3535, y un poco de aceite de eucalipto limón y productos para-mentano-diol proporcionar una protección más duradera.

Para prevenir la infección por cualquiera de estos tres virus durante el embarazo:

- Use repelentes de mosquitos con un máximo de 50% de DEET, picaridin, IR3535 o aceite de eucalipto limón durante el embarazo. Productos con este ingredientes incluyen, pero no se limitan a: Off!, Cutter, Skin So Soft Bug Guard Plus y Repel. Siempre lea y siga las instrucciones de etiqueta del producto.
- Vista con ropa de algodón suelta que cubra los brazos y las piernas.

¿Con qué frecuencia debo aplicarme el repelente?

Los repelentes que contienen un porcentaje mayor del ingrediente activo normalmente proporcionan protección por más tiempo. Independientemente de qué producto se utiliza, si usted comienza a sentir picaduras de mosquitos, aplíquese el repelente de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta.



¿Existe una vacuna para prevenir o medicamentos para tratar Zika?

No. No hay ninguna vacuna para prevenir la infección o medicamentos para tratar Zika.

¿Qué debo hacer si tengo Zika?

Consulte a su médico si usted está embarazada y presenta fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones, o enrojecimiento de los ojos. Su médico le ayudará a determinar si estos síntomas pudiesen estar relacionados a una infección por Zika u a otra condición.

Para tratar los síntomas:

Descanso

Tome líquidos para evitar la deshidratación

Tome medicamentos como acetaminofén para reducir la fiebre y el dolor

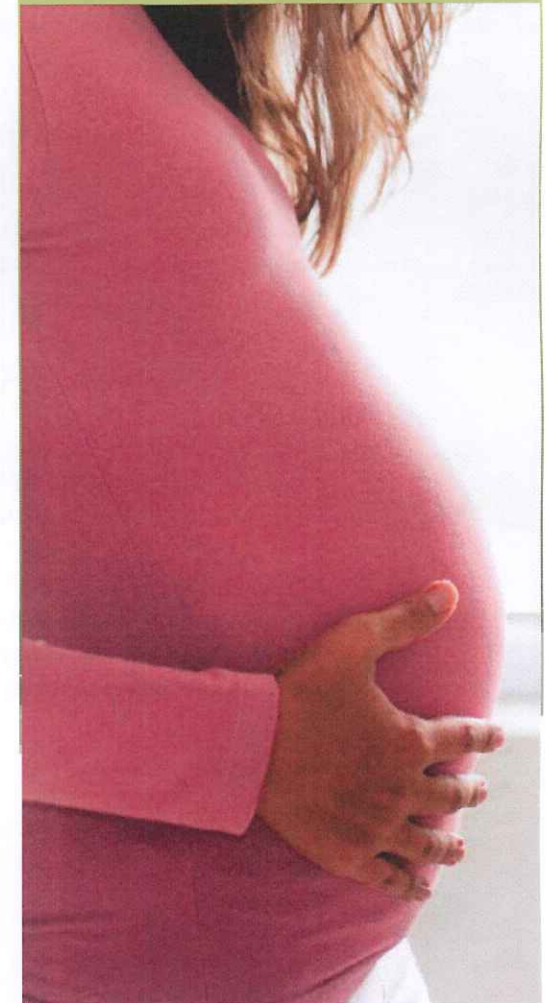
No tome aspirina u otros antiinflamatorios no esteroideos, como ibuprofen, o naproxen.



Estado Libre Asociado de Puerto Rico
Departamento de Salud

Adaptado y traducido el 14 de enero del 2016 de los documentos Avoid bug bites; Protégete y protege a tu bebé del dengue; Insect Repellent Use & Safety and Question and Answers: Zika virus infection (Zika) and pregnancy disponibles en:
<http://www.nc.cdc.gov/travel/page/avoid-bug-bites>;
<http://stacks.cdc.gov/view/cdc/24031>;
<http://www.cdc.gov/westnile/faq/repellent.html>;
<http://www.cdc.gov/zika/pregnancy/question-answers.html>

Preguntas y respuestas: La infección por el virus Zika y el embarazo



¿Cómo se transmite el virus del Zika?

El virus Zika se transmite principalmente por la picadura de mosquitos *Aedes*, los mismos que transmiten el dengue y el chikungunya. También puede transmitirse de una madre embarazada a su bebé durante el embarazo o en el momento del nacimiento. No sabemos con qué frecuencia el Zika se transmite de madre a hijo durante el embarazo o al nacer.

¿Cuáles son los síntomas de la infección por Zika?

Alrededor de una de cada cinco personas infectadas con Zika se enfermarán. Para las personas que se enferman, la enfermedad suele ser leve. Por esta razón, muchas personas pueden no darse cuenta de que han sido infectadas. Los síntomas más comunes de la enfermedad del virus del Zika son fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones, o conjuntivitis no purulenta (ojos rojos). Los síntomas generalmente comienzan de 2 a 7 días después de haber sido picado por un mosquito infectado.



¿Quién está a riesgo de ser infectado?

Cualquier persona que viva en o viaje a un área donde se encuentra el virus del Zika que aún no haya sido infectado con el virus está a riesgo de infección, incluyendo las embarazadas.

Estoy embarazada. ¿Cómo va el virus del Zika afectar mí o a mi bebé?

En Brasil se ha visto un aumento en el número de defectos congénitos de microcefalia en los bebés de madres que pudieron haber sido infectadas con el virus del Zika durante el embarazo. Sin embargo, se necesitan estudios adicionales para caracterizar mejor esta relación. Se están llevando a cabo más estudios para obtener más información sobre los riesgos de infección por el virus Zika durante el embarazo.

En Puerto Rico, al momento sólo se ha detectado un puñado de casos de Zika en la zona este del país. Hasta que se conozca más sobre esta situación, y como medida de precaución, el Departamento de Salud de Puerto Rico y los CDC están recomendando precauciones especiales para las mujeres embarazadas y las mujeres que están buscando quedar embarazadas.

¿Qué puedo hacer para protegerme durante el embarazo?

Evite las picaduras de mosquitos durante el embarazo, es importante para disminuir el riesgo de daño a su bebé por infecciones con dengue, chikungunya o Zika. El dengue, chikungunya y Zika es transmitido por la picadura del mosquito *Aedes aegypti*. Una mujer embarazada infectada con cualquiera de estos tres virus infectar a su bebé antes de nacer o su bebé recién nacido y como en el caso de infecciones con Zika pudiese haber un vínculo con defectos congénitos como la microcefalia.

¿Es seguro usar un repelente de insectos si estoy embarazada o amamantando?

¡Sí! El uso de un repelente de insectos es seguro y eficaz. Las mujeres y las mujeres que están amamantando pueden y deben elegir repelentes de insectos registrados por la EPA usarlos de acuerdo a las instrucciones de la etiqueta.



Virus del Zika:

Lo que usted necesita saber



El Zika es:

- Un virus que se transmite por las picaduras del mosquito de la especie *Aedes*. Los mosquitos *Aedes* también transmiten los virus del dengue y del chikungunya (chikunguña).
- Un riesgo para cualquier persona que viaje a una región del mundo donde exista el virus del Zika.

Riesgo a nivel mundial

Se han producido brotes en partes de África, el sureste de Asia y en islas del Pacífico. En mayo del 2015, Brasil notificó el primer brote del virus del Zika en las Américas. Desde entonces, otros países en las Américas han notificado casos locales de la enfermedad. Los casos del virus del Zika se continuarán reportando en países en las Américas.

Actualmente el virus del Zika no se encuentra en los Estados Unidos. Sin embargo, anteriormente se han reportado casos de enfermedad del Zika en viajeros a su regreso al país.

Para obtener información sobre dónde se encuentra el virus del Zika: <http://www.cdc.gov/zika/geo/index.html>.

¿Va a viajar? Para información y recomendaciones de viaje específicas para cada país: www.cdc.gov/travel.



Signos y síntomas de la enfermedad causada por el virus del Zika

- En general, los síntomas comienzan de 3 a 7 días luego de la picadura del mosquito infectado.
- Los síntomas comunes incluyen fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones u ojos rojos. Otros síntomas incluyen dolores musculares, dolor de cabeza, dolor detrás de los ojos y vómitos.
- La enfermedad es usualmente leve con síntomas que duran desde días hasta una semana.
- La enfermedad grave no es común. Las muertes por esta enfermedad son muy poco frecuentes.



¿Está enfermo? ¿Podría ser la enfermedad del Zika?



- Consulte a su proveedor de atención médica.
- Su proveedor de atención médica puede mandar a hacer pruebas para confirmar si se trata del Zika u otras enfermedades parecidas como el dengue o el chikungunya (chikunguña).



La enfermedad del Zika se puede prevenir, pero no se puede tratar

- No hay vacunas para prevenir ni medicamentos para tratar la infección.
- Los mosquitos que transmiten el virus del Zika pican agresivamente durante el día. Evite la infección al prevenir las picaduras de mosquitos.
 - » Use repelente de insectos. Los repelentes que contienen DEET, picaridina e IR3535, y algunos productos con aceite de eucalipto de limón o para-metano diol ofrecen una protección prolongada.
 - » Use el aire acondicionado, o malla o tela metálica en las puertas y ventanas.
 - » Use camisas de manga larga y pantalones largos o ropa tratada con permetrina.
 - » Una vez a la semana, vacíe y restriegue, dé vuelta, cubra o bote los recipientes que acumulen agua, tales como neumáticos, baldes, macetas (tiestos), juguetes o contenedores de basura. Revise dentro y fuera de su hogar.



Si tiene la enfermedad del Zika:

- Durante la primera semana de la infección, el virus del Zika se puede encontrar en su sangre. Si un mosquito lo pica, se puede infectar y pasar el virus a otras personas a través de las picaduras.
- Para ayudar a prevenir que otras personas se enfermen, evite que lo piquen los mosquitos durante la primera semana de la enfermedad.



Ayude a controlar los mosquitos que transmiten los virus del dengue, chikungunya y Zika



BZZZZ.



Además de causar picor y molestia, la picadura de un mosquito hembra infectado (*Aedes aegypti* o *Aedes albopictus*) puede propagar los virus del dengue, chikungunya (chikunguña) o Zika. Las personas se infectan con el virus del dengue, del chikungunya o Zika al ser picadas por un mosquito infectado.

- Los mosquitos hembras ponen varios cientos de huevos en las paredes de envases con agua. Estos huevos se pegan a los envases como pegamento y permanecerán allí a menos que esos envases sean restregados. La próxima vez que el nivel del agua suba y cubra los huevos, las larvas nacerán, se convertirán en pupas y luego en mosquitos adultos en aproximadamente una semana.
- Los mosquitos viven dentro y fuera del hogar.
- Prefieren picar durante el día.
- Unos pocos mosquitos infectados pueden producir grandes brotes en la comunidad y poner a su familia en riesgo de enfermarse.

Protéjase y proteja a su familia y a la comunidad de los mosquitos

1.

Elimine el agua acumulada en el interior y alrededor de su hogar:

- **Una vez a la semana**, vacíe y restriegue con un cepillo o esponja, dé vuelta, cubra o bote los recipientes que puedan acumular agua, tales como neumáticos, baldes, macetas, floreros, juguetes, piscinas, baños para pájaros, tastos o contenedores de basura. Revise dentro y fuera del hogar.
- Coloque una tapa ajustada en los recipientes para el agua (baldes, cisternas, barriles para agua de lluvia) para que los mosquitos no puedan entrar a poner huevos.
- Use una malla o tela metálica con agujeros más pequeños que un mosquito para cubrir los recipientes sin tapa.

2.

Si tiene un pozo séptico, tome estas medidas:

- Repare las grietas y los huecos.
- Cubra el tubo de ventilación o respiradero con una malla o tela metálica con agujeros más pequeños que un mosquito.



Ponga las plantas en tierra, no en agua.



Vacíe las piscinas que no estén en uso.



Recicle los neumáticos usados o mangueras protegidos de la lluvia.



Vacíe el agua acumulada.



Restriegue los floreros y envases semanalmente para eliminar los huevos de mosquito.

National Center for Emerging and Zoonotic Infectious Diseases
Division of Vector-Borne Diseases



3.

Mantenga los mosquitos fuera de su hogar:

- Use una malla o tela metálica en las puertas y ventanas.
- Repare los orificios en la malla o tela metálica.
- Use el aire acondicionado si lo tiene disponible.

4.

Evite las picaduras de mosquitos:

- Use repelentes de insectos registrados en la Agencia de Protección Ambiental de los EE. UU. (EPA, por sus siglas en inglés) con uno de los siguientes ingredientes activos. Todos los repelentes de insectos registrados en la EPA han sido estudiados para asegurarse de que sean seguros y eficaces.

Ingrediente activo Los porcentajes más altos de ingredientes activos ofrecen una protección más prolongada.	Algunos ejemplos de marcas comerciales*
DEET	Off!, Cutter, Sawyer, Ultrathon
Picaridina , también conocido como KBR 3023 , Bayrepel e icaridina.	Cutter Advanced, Skin So Soft Bug Guard Plus, Autan (fuera de los Estados Unidos)
IR3535	Skin So Soft Bug Guard Plus Expedition, SkinSmart
Aceite de eucalipto limón (OLE) o para-metano-diol (PMD)	Repel
* El uso de marcas comerciales de repelentes de insectos es con propósitos informativos solamente. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos no pueden recomendar ni respaldar ningún producto de marca comercial.	

- Siempre siga las instrucciones en la etiqueta del producto.
- Vuelva a aplicar el repelente de insectos cada cierta cantidad de horas, dependiendo del producto y la concentración que haya elegido.
- No ponga repelente en la piel debajo de la ropa.
- Si también usa un filtro solar, aplíquese primero y luego el repelente de insectos.
- Trate la ropa y el equipo (como botas, pantalones, medias y tiendas de campaña o carpas) con permetrina o compre ropa y equipo tratados con permetrina.
 - La ropa tratada con permetrina continúa ofreciendo protección luego de varios lavados. Lea la información del producto para saber cuánto durará la protección.
 - Si usted mismo va a tratar con permetrina los artículos, siga las instrucciones del producto cuidadosamente.
 - **No** utilice productos con permetrina, destinados a tratar la ropa, directamente sobre la piel.
- Use camisetas de manga larga y pantalones largos.



Mantenga los berriles para el agua de lluvia bien tapados.



Verde el agua acumulada en fuentes y baños para pájaros semanalmente.



Mantenga el pozo séptico sellado.



Instale o repare la malla o tela metálica de ventanas y puertas.

Para obtener más información, visite:
www.cdc.gov/dengue, www.cdc.gov/chikungunya, www.cdc.gov/zika

Prevención de picaduras de mosquitos (Estados Unidos)



No todos los mosquitos son iguales. Diferentes mosquitos transmiten distintos virus y pican en diferentes momentos del día.

Tipo de mosquito	Virus que transmiten	Hábitos al picar
 <p><i>Aedes aegypti</i>, <i>Aedes albopictus</i></p>	<p>Chikungunya (chikunguña), dengue</p>	<p>Durante el día</p>
 <p><i>Culex</i></p>	<p>Virus del Nilo Occidental</p>	<p>Desde el anochecer hasta el amanecer</p>

Protéjase y proteja a su familia de las picaduras de mosquitos

Use repelente de insectos

Use un repelente de insectos registrado en la Agencia de Protección Ambiental de los EE. UU. (EPA, por sus siglas en inglés) con uno de los siguientes ingredientes activos. Todos los repelentes de insectos registrados en la EPA han sido evaluados para determinar su seguridad y eficacia.

Ingrediente activo

Los porcentajes más altos de ingrediente activo ofrecen una protección más prolongada.

DEET

Picaridina, también conocida como **KBR 3023**, **Bayrepel** e **icaridina**

Aceite de eucalipto de limón (OLE) o **para-metano diol (PMD)**

IR3535



Algunos ejemplos de marcas comerciales*

Off!, Cutter, Sawyer, Ultrathon

Cutter Advanced, Skin So Soft Bug Guard Plus, Autan (fuera de los Estados Unidos)

Repel

Skin So Soft Bug Guard Plus Expedition, SkinSmart



* Las marcas comerciales de repelentes de insectos se ofrecen para su información solamente. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos no pueden recomendar ni respaldar ningún producto de marca comercial.

