

# ZIKA + VIAJAR

**¡NO PERMITA QUE EL VIRUS DE ZIKA VIAJA CON USTED ESTE VERANO!**

**¿Va a viajar a un área donde hay Zika? ¡Tenemos toda la información para usted! Aquí tenemos todo lo que usted necesita saber sobre el virus de Zika, incluyendo lo que debería empacar por el viaje y consejos cuando regresas.**

## Los fundamentos de ZIKA

- Principalmente el Zika se propaga por los mosquitos, pero también se transmite durante el contacto sexual.
- La mayoría de las personas infectadas con el virus de Zika no saben que lo tienen. Los síntomas más comunes son fiebre, salpullidos, dolor en las articulaciones y/u ojos enrojecidos.
- No hay una vacuna ni una medicina para el Zika.
- La mejor manera de evitar el Zika es evitar las picaduras de mosquitos.
- El Zika puede causar defectos congénitos graves si una mujer embarazada se infecta.

**#TalkZIKA**



## Lista de empaque:

- Repelente de insectos registrados con la EPA
- Camisas de manga larga y pantalones largos
- Ropa y equipo tratado con permetrina
- Un mosquitero
- Condones (si vas a tener relaciones sexuales)



## En su viaje:

- Use repelente de insectos. Recuerde a aplicar el bloqueador solar antes del repelente de insecto.
- Use mangas largas y pantalones largos cuando sea posible.
- Quedarse y dormir en un cuarto con pantallas en las ventanas o que tiene acondicionador de aire.
- Use un mosquitero cuando sea necesario.
- Use condones (si va a tener relaciones sexuales).



## Cuando regresa:

- Continúe el uso del repelente de insectos por 3 semanas para no propagar el Zika.
- Por lo menos, use condones por 8 semanas.
- Los hombres que han tenido Zika deben usar condones por 6 meses.
- Visite su médico inmediatamente si:
  - » Tiene síntomas de Zika.
  - » Piensa que está embarazada.



**Aprenda más en la página de web:**  
[www.cdph.ca.gov/Zika](http://www.cdph.ca.gov/Zika)

**¿Dónde está el Zika en el mundo?**  
[www.cdc.gov/zika/geo](http://www.cdc.gov/zika/geo)

