

Hablemos sobre el ZIKA: Planificación familiar

Puntos de discusión para compartir con los pacientes

Julio 2017

Los hombres y mujeres que posiblemente fueron expuestos al virus del Zika deben esperar antes de planear un embarazo, debido al riesgo de defectos graves de nacimiento y otros problemas durante el embarazo.

Determine los planes de embarazo del paciente

- ✓ ¿Ha estado pensando en tener un bebé? ¿Le gustaría quedar embarazada durante el próximo año?
- ✓ Como su médico, quiero asegurarme de que tenga un embarazo saludable.
- ✓ Con el brote de virus del Zika, planificar el embarazo es más importante que nunca.

Aunque la mejor manera de prevenir el Zika es evitando las picaduras de mosquitos, el virus del Zika también se puede transmitir a través del contacto sexual.

Asesoramiento previo a la concepción: Evalúe el plan reproductivo del paciente

- ✓ Para alcanzar sus objetivos familiares, es importante hablar sobre cuándo desea comenzar o expandir su familia. Esto incluye ayudarlo a evitar embarazos no deseados y a tener un embarazo saludable cuando esté lista.
- ✓ Debido a que aún hay muchas cosas que desconocemos sobre el Zika, es importante que usted y su pareja se protejan antes (y durante) el embarazo.

El Zika y los riesgos durante el embarazo:

- Para las mujeres embarazadas, la mayor preocupación es que el Zika puede afectar el embarazo en cualquier momento, incluso antes de que sepa que está embarazada.
- El virus del Zika puede causar defectos de nacimiento, incluida la microcefalia y otros problemas del desarrollo cerebral; y se ha relacionado con otros problemas durante el embarazo como abortos, muerte fetal y otros defectos congénitos.
- No existe medicina o vacuna específica para el virus del Zika
- Actualmente, no hay evidencia que sugiera que la infección por el virus del Zika en el pasado represente un mayor riesgo de defectos de nacimiento para futuros embarazos.

Riesgos de exposición al virus del Zika y prevención de transmisión sexual:

- ¿Usted o su pareja han estado recientemente en un área con riesgo de Zika, o tiene planes de viajar en el futuro cercano?
- Si usted o su pareja han estado recientemente en un área con Zika, el virus se puede transmitir a través del contacto sexual. Para prevenir la transmisión, no tenga relaciones sexuales o practique el sexo seguro.
 - Mujeres: durante al menos 8 semanas después del viaje o del inicio de los síntomas.
 - Hombres: durante al menos 6 meses después del viaje o del inicio de los síntomas.

- El sexo seguro implica el uso de barreras como condones (masculinos o femeninos) y las barreras bucales cada vez que tenga relaciones sexuales vaginales, anales u orales.
- Los métodos anticonceptivos de barrera ayudan a reducir las posibilidades de transmisión sexual del virus del Zika, pero no deberían ser la única forma de anticoncepción para la prevención del embarazo.
 - Además, use un anticonceptivo reversible de acción prolongada para evitar el embarazo.
- Si planea realizar algún viaje, visite [el sitio web del CDC para ver qué países tienen riesgo de transmisión del virus del Zika](https://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-info-espanol):
(<https://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-info-espanol>).

Si está embarazada o planea embarazarse aconsejamos que posponga viajes a cualquier área con riesgo de Zika. Si debe viajar: use condones y barreras bucales, un método anticonceptivo eficaz y un repelente de insectos registrado por la EPA, durante el viaje y 3 semanas después de su regreso (estos repelentes son seguros de usar por mujeres embarazadas y en periodo de lactancia).

Tratamiento de fertilidad:

- No se sabe de casos de transmisión del virus del Zika a través de tratamientos de fertilidad, como la fertilización in vitro (FIV), pero es posible que el Zika pueda transmitirse a través de gametos (espermatozoide u óvulo) o embriones.
- Si ha tenido una infección por el virus del Zika o una posible exposición al virus y está recibiendo tratamiento de fertilidad con sus propios gametos y embriones, debe seguir las mismas recomendaciones de espera preventiva: 8 semanas para las mujeres y 6 meses para los hombres, después de los síntomas o de la última exposición.

Recomiende el uso de métodos anticonceptivos eficaces:

- ✓ Teniendo en cuenta los riesgos del Zika, es importante considerar si ahora es el momento adecuado para quedar embarazada.
- ✓ Si ahora no es el momento adecuado para quedar embarazada, entonces analicemos los métodos anticonceptivos más eficaces que pueden funcionar para usted y su estilo de vida.

Los métodos anticonceptivos reversibles más eficaces son los anticonceptivos reversibles de acción prolongada (LARC, por sus siglas en inglés), específicamente los dispositivos intrauterinos (DIU) y los implantes. Estos métodos no requieren ningún esfuerzo para usarlos después de la inserción y pueden evitar un embarazo no deseado por hasta 3 y 10 años. Sin embargo, también se pueden remover en cualquier momento si la mujer decide que quiere quedar embarazada.

- Los métodos LARC y los permanentes (como la vasectomía y la ligadura de trompas) se conocen como métodos altamente efectivos:
- Menos de 1 de cada 100 mujeres experimenta un embarazo durante el primer año de uso típico de estos métodos.

Las inyecciones, píldoras, parches y anillos anticonceptivos requieren más esfuerzo para usarse de manera correcta y consistente, y se conocen como métodos moderadamente efectivos:

- Entre 6 y 9 de cada 100 mujeres experimentan un embarazo durante el primer año de uso típico con estos métodos.

Los proveedores de atención médica son considerados por sus pacientes como fuentes confiables de información y por lo tanto son fuentes importantes de asesoramiento individualizado sobre planificación familiar para las mujeres y sus parejas sexuales.

Pruebas de Zika para quienes planean el embarazo:

Las pruebas que están actualmente disponibles pueden no identificar con precisión la presencia del virus del Zika o el riesgo de una persona de transmitirla a través del sexo. Por lo tanto, no pueden usarse para decidir si es seguro quedar embarazada (por lo que se recomiendan los periodos de espera ya antes mencionados). Aquí hay algunas razones por qué:

- Un análisis de sangre podría dar falso negativo para el Zika, pero el virus del Zika podría estar presente en otros fluidos, como el semen. (Todavía no hay una prueba del Zika para el semen).
- Una prueba de serología podría ser falsa negativa si los niveles de anticuerpos aún no son lo suficientemente altos para ser detectados, o inclusive después de la infección cuando los anticuerpos han caído a niveles indetectables.
- Si una prueba de serología es positiva, podría significar que tuvo una infección reciente, una infección pasada o una infección reciente con un tipo similar de virus (como el dengue), o es un resultado falso positivo.
- La única razón para realizar un análisis de inmunoglobulina M (IgM) a una mujer que está planeando un embarazo, es obtener un resultado que puede ser comparado una vez que quede embarazada. Si la prueba inicial es negativa, pero se vuelve positiva durante el embarazo, habrá evidencia de la probabilidad de una infección reciente. Las pruebas de IgM previas a la concepción no se recomiendan para mujeres que viven o que van con frecuencia a áreas con riesgo de Zika, debido a la reactividad cruzada con anticuerpos contra virus similares presentes en estas áreas.
- En conclusión... ninguna prueba es 100% precisa y una prueba negativa podría ser falsamente alentadora.

Nota para el proveedor: Las decisiones sobre la planificación del embarazo son profundamente personales y muy complejas. Recibir información sobre el Zika de parte de un proveedor de servicios de salud puede ser útil para decidir si desea quedar embarazada o continuar un embarazo.

Embarazo involuntario e infección por el virus del Zika: ¿Qué debo hacer ahora?

- ✓ Las mujeres embarazadas expuestas o infectadas con el virus del Zika pueden estar muy ansiosas y tener muchas preguntas. Desafortunadamente, hay muchas cosas que desconocemos sobre la infección por el virus del Zika durante el embarazo.

- ✓ Todavía estamos aprendiendo que tan precisa es la prueba del virus del Zika, lo que hace que sea difícil saber con certeza si la infección no está presente en las mujeres embarazadas. También estamos aprendiendo sobre el tiempo, el riesgo y el rango de los problemas de salud en los bebés.
- ✓ **¿Qué sabemos?:**
 - Si una mujer contrae Zika durante el embarazo, el virus puede transmitirse a su bebé en desarrollo, independientemente de si la mujer tiene síntomas del Zika o no.
 - La infección por el virus del Zika en el embarazo puede causar microcefalia y otros problemas con el desarrollo del cerebro en el feto.
 - Datos recientes de EE. UU. muestran que aproximadamente 1 de cada 10 mujeres embarazadas con una infección confirmada por el virus del Zika tiene un feto o un bebé con defectos de nacimiento.
 - Existe más evidencia de que la infección por Zika confirmada en el primer trimestre se asocia con un mayor riesgo de defectos de nacimiento.
 - Incluso en lugares con transmisión activa del Zika, las mujeres están dando a luz bebés que parecen estar sanos, aunque se desconocen los efectos a largo plazo en la salud que pueden ser sutiles o tener un inicio retrasado.
- ✓ **Lo que aún estamos aprendiendo:**
 - El virus del Zika puede permanecer en el semen y los fluidos vaginales durante un período de tiempo desconocido y ser transmitido sexualmente.
 - No está clara la probabilidad de que el Zika pase de una mujer embarazada infectada a su feto.
 - Aún no se ha delineado del todo el rango completo y la probabilidad de efectos adversos para la salud del feto en función del momento de la infección.
 - No se ha determinado aún qué tan confiable es el ultrasonido para saber si el feto tiene signos de infección por Zika o no.
 - El uso de pruebas del Zika en el líquido amniótico ha arrojado resultados mixtos y no está claro cómo estos resultados pueden predecir la presencia de defectos de nacimiento.
 - Están por determinarse los efectos de salud que puedan ocurrir a medida que el bebé se desarrolla y crece.
- ✓ **Las mujeres interesadas en interrumpir el embarazo deberían recibir referencias apropiadas, recursos y apoyo.**

REFERENCIAS

Vital Signs: Update on Zika Virus-Associated Birth Defects and Evaluation of All U.S. Infants with Congenital Zika Virus Exposure – U.S. Zika Pregnancy Registry, 2016 (MMWR, April 4, 2017)

Update: Interim Guidance for Preconception Counseling and Prevention of Sexual Transmission of Zika Virus for Persons with Possible Zika Virus Exposure — United States, September 2016 (MMWR, September 30, 2016)

Practice Advisory on Zika Virus (American College of Obstetricians and Gynecologists and Society for Maternal-Fetal Medicine, October 18, 2016)

Preconception Counseling: For Women and Men Living in Areas with Ongoing Spread of Zika Virus Who Are Interested in Conceiving. (CDC, March 2016)
<https://www.cdc.gov/zika/pdfs/preconception-counseling.pdf>

Birth Defects Among Fetuses and Infants of US Women with Evidence of Possible Zika Virus Infection During Pregnancy. (JAMA, December 15, 2016)