

# PROTÉGETE CONTRA EL ZIKA

## ¿Qué es el Zika?

El virus del Zika se transmite a través de la picadura de ciertos tipos de mosquitos. A pesar de que puede causar fiebre, salpullido, dolor de las articulaciones y ojos enrojecidos o conjuntivitis, cerca del 80 por ciento de las personas con Zika no se enferman o no tienen síntomas. El Zika también se puede transmitir a través de transfusiones sanguíneas y del contacto sexual.

## ¿Debería Preocuparme?

En la mayoría del estado de Texas la temporada de mosquitos es larga y muchas personas viajan a lugares donde el Zika está activo. Esto significa que tienes una mayor posibilidad de entrar en contacto con el virus del Zika y potencialmente transmitirlo a tus seres queridos y a otros tejanos.

Aunque es poco común, el virus del Zika también puede ser uno de los causantes del síndrome de Guillain-Barré, una condición en la que el sistema inmunológico ataca parte del sistema nervioso.

El virus del Zika también puede transmitirse de la madre al hijo, si la madre se infecta con el virus del Zika durante el embarazo. El virus del Zika se ha conectado a defectos de nacimiento como la microcefalia, que es una condición donde la cabeza de un bebé es mucho más pequeña de lo esperado y puede causar retrasos en el desarrollo.

## ¿Qué Puedo Hacer Para Prevenir el Zika?

Toma estos pasos sencillos para protegerte a ti y a tus seres queridos contra el virus del Zika.

### CUANDO ESTÉS AFUERA:



Aplicarte repelentes de insectos aprobados por la EPA.

Usa pantalones y camisas de manga larga que cubran la piel expuesta.



En un clima más caluroso, usa ropa holgada y ligera que cubra la piel expuesta.

### CUANDO ESTÉS EN CASA:



Usa mallas mosquiteras o cierra las puertas y ventanas para mantener a los mosquitos fuera de la casa.

Deshazte del agua estancada adentro y alrededor de la casa. Esto incluye deshacerte del agua estancada en latas, juguetes, neumáticos, platos base para maceta y cualquier recipiente que pudiera alojar agua.



Cubre basureros o recipientes donde se pudiera acumular agua.

\* Las recomendaciones se basan en información que va surgiendo acerca del Zika.

**HABLA CON TU DOCTOR SI ALGO TE PREOCUPA O SI CREES QUE PUDIERAS TENER EL ZIKA.**

**MANTENTE AL DÍA CON INFORMACIÓN ACTUALIZADA EN [TexasZika.org](http://TexasZika.org)**