

VIRUS DEL ZIKA

Lo que necesita saber

Cigna®

Cigna está siguiendo de cerca el desarrollo del brote y estamos preparados para ayudar a los afiliados, de ser necesario.



24/7/365

Recuerde que nuestro servicio al cliente está abierto las 24 horas del día, los 7 días de la semana, durante todo el año para ayudar a los afiliados que tengan alguna pregunta sobre sus beneficios médicos y otras cuestiones que puedan estar relacionadas con sus beneficios.



www.cdc.gov/spanish
y
www.who.int/es

Para obtener información más específica sobre el virus del Zika, visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en www.cdc.gov/spanish o la Organización Mundial de la Salud en www.who.int/es.

1. ¿Qué es la infección por el virus del Zika y cómo se propaga?



De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el virus del Zika se transmite a las personas a través de la picadura de un mosquito infectado del género *Aedes*, principalmente *Aedes aegypti*, en las regiones tropicales. Este mosquito es el mismo que transmite el dengue, la fiebre del chikunguña y la fiebre amarilla.

El virus también puede propagarse por transmisión sexual y transfusiones de sangre.

2. ¿Cuáles son los síntomas?



- Aproximadamente una de cada cinco personas infectadas con el virus del Zika se enferman.
- La enfermedad que causa el virus del Zika suele ser leve, y los síntomas aparecen unos días después de que a una persona le pique un mosquito infectado. La mayoría de las personas con enfermedad por el virus del Zika tienen fiebre no muy elevada y sarpullido. En algunos casos, es posible que tengan conjuntivitis, dolores musculares y articulares, y cansancio. Los síntomas generalmente duran de dos a siete días.

3. ¿Puede transmitirse de madre a hijo?



Se han informado casos de un defecto congénito grave del cerebro llamado **microcefalia** (una afección en la que la cabeza del bebé es más pequeña de lo esperado en comparación con bebés de la misma edad y sexo) y otros desenlaces no deseados del embarazo en bebés de madres que se infectaron con el virus del Zika mientras estaban embarazadas. Se sigue estudiando la relación entre el Zika y estos desenlaces, pero hasta que se sepa más al respecto, los CDC recomiendan precauciones especiales para los siguientes grupos.

Mujeres embarazadas (en cualquier trimestre)

- Un hombre puede transmitir el virus del Zika a su pareja durante el acto sexual. Un hombre puede ser portador del virus del Zika y transmitírselo a su(s) pareja(s) aunque no tenga síntomas ni sepa que está infectado. Debido a la relación que existe entre el Zika y las malformaciones congénitas, tome medidas para prevenir la infección durante el embarazo.
- Evalúe la posibilidad de postergar los viajes a cualquier zona donde se esté propagando el virus del Zika.
- Si debe viajar a una de estas zonas, hable primero con su médico y siga estrictamente las **medidas para evitar las picaduras de mosquitos** durante el viaje.



Mujeres que están tratando de quedar embarazadas

- › Un hombre puede transmitir el virus del Zika a través de las relaciones sexuales antes, durante o después del embarazo.
- › Las mujeres a quienes se les haya diagnosticado el Zika deben esperar al menos ocho semanas después de la aparición de los síntomas para intentar quedar embarazadas. Los hombres a quienes se les haya diagnosticado Zika deben esperar al menos seis meses después de la aparición de los síntomas para intentar que sus parejas queden embarazadas. Las mujeres sin síntomas y los hombres que posiblemente hayan estado expuestos al Zika deben esperar al menos ocho semanas después de la exposición para tratar que la mujer quede embarazada.
- › Las mujeres y sus parejas que estén planificando un embarazo deben hablar con su profesional de atención médica sobre lo siguiente:
 - Sus planes para tener hijos, los posibles riesgos de contraer el Zika durante el embarazo y la posible exposición de su pareja al Zika. Para obtener más información, visite:
<http://espanol.cdc.gov/enes/zika/pregnancy/thinking-about-pregnancy.html>

4. ¿Cómo se diagnostica la enfermedad?



En la mayoría de las personas a las que se les diagnostica la enfermedad por el virus del Zika, el diagnóstico se basa en sus síntomas y antecedentes recientes (por ejemplo, picaduras de mosquitos o el hecho de haber viajado a una zona donde se sabe que el virus del Zika está presente). Un laboratorio puede confirmar el diagnóstico mediante análisis de sangre.

5. ¿Cuál es el tratamiento?



No hay ninguna vacuna ni medicamento específico para tratar las infecciones por el virus del Zika.

Trate los síntomas.

- › Descanse mucho
- › Beba líquido para prevenir la deshidratación
- › Tome medicamentos como paracetamol para bajar la fiebre y aliviar el dolor
- › No tome aspirina ni ningún otro antiinflamatorio no esteroide
- › Si está tomando algún medicamento para otra afección médica, consulte a su profesional de atención médica antes de tomar otro medicamento

6. ¿Dónde se confirmaron casos de virus del Zika recientemente?



Para finales de enero de 2016, se habían identificado casos confirmados en los siguientes países.

América Latina y las Islas del Caribe

Aruba, Barbados, Bolivia, Bonaire, Brasil, Colombia, Costa Rica, Cuba, Curazao, Dominica, República Dominicana, Ecuador, El Salvador, Guayana Francesa, Guadalupe, Guatemala, Guyana, Haití, Honduras, Jamaica, Martinica, México, Nicaragua, Panamá, Paraguay, Puerto Rico, San Martín, San Vicente y las Granadinas, Surinam, Trinidad y Tobago, Islas Vírgenes de los EE. UU. y Venezuela

Oceanía y las Islas del Pacífico

Samoa Americana, Islas Marshall, Nueva Caledonia, Samoa, Tonga

África

Cabo Verde



7. ¿Cómo me protejo?

Según la OMS, la mejor protección contra el virus del Zika es prevenir las picaduras del mosquito. Las mujeres embarazadas o que estén intentando quedar embarazadas y sus parejas sexuales deben tomar precauciones adicionales para protegerse de las picaduras del mosquito que transmiten el Zika. Pueden tomarse estas medidas:

- Usar ropa (preferentemente de colores claros) que cubra el cuerpo lo más posible.
- Usar repelente de insectos: los repelentes pueden aplicarse en la piel expuesta o en la ropa y deben contener DEET (dietiltoluamida), IR 3535 o icaridina, que son los ingredientes biológicamente activos más comunes de los repelentes de insectos. Los repelentes deben usarse estrictamente según las instrucciones de la etiqueta. Su uso es seguro para las mujeres embarazadas. (Consulte las reglamentaciones de su país sobre los tipos de repelentes que se pueden usar).
- Usar barreras físicas, como mosquiteros o redes mosquiteras tratadas en puertas y ventanas.
- Dormir con mosquiteros, especialmente durante el día, que es el momento en el que los mosquitos *Aedes* están más activos.
- Identificar y eliminar posibles criaderos de mosquitos: vacíe, limpie o tape los contenedores donde pueda juntarse agua, aunque sea en pequeñas cantidades, como baldes, macetas y neumáticos.

Si usted es mujer y está embarazada o planificando un embarazo, y tiene una pareja masculina que vive o ha viajado a una zona con Zika, debe hablar con su proveedor de atención médica sobre los antecedentes de viaje de su pareja. Consulte las recomendaciones de los CDC y tome medidas de protección, como la abstinencia, para prevenir la transmisión sexual.

8. ¿Cuándo debería una persona buscar atención médica?

- Consulte a su profesional de atención médica si tiene los síntomas descritos en la página 1 y ha visitado las zonas donde hay Zika.
- Consulte a su profesional de atención médica si está embarazada y tiene fiebre, sarpullido, dolores articulares o irritación en los ojos dentro de dos semanas después de viajar a un país donde se hayan informado casos de virus del Zika.



Podrá encontrar el material suministrado aquí así como información adicional sobre el virus del Zika en los siguientes sitios web, usando los siguientes vínculos.

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC): <http://espanol.cdc.gov/enes/zika/index.html>
- Organización Mundial de la Salud (OMS): www.who.int/topics/zika/es/

Contigo paso a paso.™



Este material tiene fines informativos únicamente y no debe interpretarse como asesoramiento médico. Cada persona debe consultar a sus asesores médicos independientes.

Todos los productos y servicios de Cigna son brindados exclusivamente por subsidiarias operativas de Cigna Corporation, o a través de ellas, que incluyen a Cigna Health and Life Insurance Company o compañías de servicios subsidiarias. El nombre de Cigna, el logo y otras marcas de Cigna son propiedad de Cigna Intellectual Property, Inc. Las imágenes se usan con fines ilustrativos únicamente.

887307SP a 04/16 © 2016 Cigna. Parte del contenido se suministra bajo licencia.