

VIRUS DEL ZIKA

Qué debe saber

Cigna®



Abierto siempre



[www.cdc.gov/
spanish](http://www.cdc.gov/spanish)
y
www.who.int/es

En Cigna, estamos pendientes de los avances en el brote de este virus y estamos preparados para ayudar a los afiliados, en caso de necesidad.

Recuerde que nuestro servicio al cliente está abierto las 24 horas del día, los 7 días de la semana y los 365 días del año para resolver las preguntas de los afiliados acerca de sus beneficios de salud y otras cuestiones relacionadas con ellos.

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

1. ¿En qué consiste la infección por el virus del Zika y cómo se contagia?



Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el virus del Zika se transmite a las personas a través de la picadura de un mosquito de la familia *Aedes genus*, principalmente *Aedes aegypti*, que esté infectado con el virus; estos mosquitos habitan en regiones tropicales. Se trata del mismo tipo de mosquito que transmite dengue, chikunguña y fiebre amarilla.

El virus también puede contagiarse por transmisión sexual y a través de transfusiones de sangre.

2. ¿Cuáles son los síntomas?



- ▶ Aproximadamente, una de cada cinco personas infectadas con el virus del Zika se enferman.
- ▶ El Zika suele provocar síntomas leves de enfermedad, que aparecen pocos días después de que el mosquito infectado pique a la persona. La mayoría de las personas enfermas por el virus manifiesta fiebre moderada y sarpullido. También se dan casos de conjuntivitis, dolor muscular y articular, y cansancio. Los síntomas suelen durar entre dos y siete días.

3. ¿Puede ser transmitido de madre a hijo?



Algunos informes recogen la aparición de un defecto grave de nacimiento llamado **microcefalia** (una afección por la cual la cabeza del bebé tiene un tamaño menor del esperado si se compara con otros niños de su mismo sexo y edad), así como otros resultados adversos en bebés cuyas madres padecieron una infección por el virus del Zika en el embarazo. Se está trabajando en actualizar la información acerca de la relación entre el virus y estos resultados, pero, hasta que se conozcan más detalles, los CDC recomiendan que los siguientes grupos de población tomen precauciones especiales:

Las mujeres embarazadas (independientemente del trimestre de gestación)

- ▶ Un hombre puede contagiar el virus del Zika a su pareja al mantener relaciones sexuales. Asimismo, es posible el contagio entre un hombre y su(s) pareja(s), incluso si él no ha desarrollado síntomas o no sabe que está infectado. Dada la relación entre el Zika y los defectos de nacimiento, le recomendamos tomar medidas para prevenir la infección durante su embarazo.
- ▶ Plantéese posponer los viajes a zonas donde se estén produciendo contagios.



- › Si no puede evitar viajar a una de estas zonas, hable con su médico antes y siga rigurosamente **las medidas para prevenir picaduras de mosquito** durante su viaje.

Las mujeres que estén intentando quedarse embarazadas

- › Los hombres pueden contagiar el virus del Zika, a través de la transmisión sexual, antes, durante o después del embarazo.
- › Las mujeres a las que se les haya diagnosticado el Zika deberían esperar al menos ocho semanas desde la aparición de los síntomas para intentar quedarse embarazadas. Los hombres a los que se les haya diagnosticado el Zika deberían esperar al menos seis meses desde la aparición de los síntomas para intentar engendrar un bebé. Las mujeres sin síntomas y los hombres con la posibilidad de haber estado expuestos al virus del Zika deberían esperar al menos ocho semanas tras la exposición al virus antes de intentar que se produzca un embarazo.
- › Si una pareja está barajando la posibilidad de un embarazo, ambos deberían hablar con un profesional de la salud sobre lo siguiente:
 - Sus planes de tener hijos, sus probabilidades de contagiarse con el virus del Zika durante el embarazo y la posible exposición al Zika de sus parejas. Para obtener más detalles visite: <http://espanol.cdc.gov/enes/zika/pregnancy/thinking-about-pregnancy.html>

4. ¿Cómo se diagnostica la enfermedad?



Para la mayoría de las personas con un diagnóstico de infección por el virus del Zika, este se basa en sus síntomas y antecedentes recientes (p. ej., picaduras de mosquito o viajes a zonas donde se sabe de la existencia del virus). El diagnóstico puede confirmarse en un laboratorio mediante un análisis de sangre.

5. ¿Cuál es el tratamiento?



No existe una vacuna o medicamento específico para tratar las infecciones por el virus del Zika.

Se tratan los síntomas.

- › Descanse tanto como pueda.
- › Beba líquidos para evitar la deshidratación.
- › Tome medicamentos, como el paracetamol, para reducir la fiebre y el dolor.
- › No tome aspirina ni otros antiinflamatorios no esteroideos.
- › Si está tomando algún medicamento para otra afección médica, hable con el profesional de salud que lo atiende antes de añadir cualquier otro medicamento.

6. ¿Dónde ha habido casos confirmados del virus del Zika recientemente?



A finales de enero de 2016, se habían confirmado casos de Zika en los siguientes países.

América Latina e 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 Estadounidenses y Venezuela

Oceanía e islas del Pacífico

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

África

Cabo Verde



7. ¿Cómo puedo protegerme?

Según la OMS, la mejor protección contra el virus del Zika es evitar las picaduras de mosquito. Las mujeres embarazadas o que tienen intención de estarlo pronto y sus parejas sexuales deben tomar precauciones adicionales para protegerse contra las picaduras de mosquitos transmisores de Zika. Para ello, se aconseja:

- Llevar prendas de ropa (preferiblemente de colores claros) que dejen cuanta menos piel posible al descubierto.
- Utilizar repelentes de mosquitos, los cuales se pueden aplicar a la piel descubierta o a la ropa, que deben contener dietiltoluamida (DEET), IR 3535 o icaridina, que son los agentes biológicos activos más comunes utilizados en los repelentes de mosquitos. Los repelentes deben usarse siguiendo las instrucciones de aplicación al pie de la letra. No suponen ningún riesgo para las mujeres embarazadas. (Consulte las normas de su país sobre los tipos de repelente que puede usar).
- Utilizar barreras físicas, como mosquiteras o pantallas de malla, o bien algún tipo de tela entramada tratada, tanto para las puertas como para las ventanas.
- Usar mosquiteras para dormir, especialmente en las siestas durante el día, que es cuando los mosquitos *Aedes* son más activos.
- Identificar y eliminar los posibles lugares de cría de mosquitos, vaciando, limpiando o cubriendo cualquier envase que pueda contener agua (aunque sea una pequeña cantidad), como, por ejemplo, cubos, macetas y neumáticos.

Si usted está embarazada o está pensando en estarlo pronto y su pareja es un hombre que vive o ha viajado a una zona en la que haya habido casos de Zika, informe a su proveedor de salud sobre los destinos de viaje en los que haya estado su pareja. Consulte las [recomendaciones de los CDC](#) y tome medidas de precaución, incluida la abstinencia, para prevenir la transmisión sexual.

8. ¿Cuándo se debe acudir al médico?

- Pida una cita con el profesional de la salud a cargo de sus cuidados habituales si manifiesta los síntomas descritos en la primera página y ha visitado algún país donde se hayan confirmado casos de Zika.
- Pida una cita con el profesional de la salud que la atiende normalmente si está embarazada y presenta fiebre, sarpullido, dolor articular u ojos rojos en las dos semanas posteriores a un viaje a un país en el que se hayan confirmado casos de Zika.



Puede encontrar los materiales proporcionados en este documento, así como información adicional sobre el virus del Zika, en los siguientes sitios web, para los que se proporcionan los enlaces a continuación.

- Centros para el Control y 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 un carácter meramente informativo y no pretende ofrecer ningún consejo de tipo médico. Consulte siempre a sus asesores médicos independientes.

Todos los productos y servicios de Cigna son proporcionados exclusivamente por filiales operativas de Cigna Corporation o a través de las mismas, incluida Cigna Health and Life Insurance Company o filiales de servicios. El nombre, logotipo 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 es proporcionado bajo licencia.