

¿ESTÁ PENSANDO EN TENER UN BEBÉ?

ADVERTENCIA: SE HA ASOCIADO AL ZIKA A DEFECTOS DE NACIMIENTO



Planifique su embarazo

Con el brote de zika, la planificación del embarazo es más importante que nunca. No existe una vacuna para prevenir la infección por el virus del Zika.

Si está pensando en tener un bebé,

su médico u otro proveedor de atención médica pueden ayudarle a planificar un embarazo saludable y seguro. Consulte a su médico acerca de:

- Sus planes de tener hijos
- El posible riesgo de contraer zika durante el embarazo
- Las posibles exposiciones de su pareja al zika

Si decide que este no es el momento indicado para tener un bebé, converse con su médico u otro proveedor de atención médica para encontrar un método de control de la natalidad que sea seguro, efectivo y conveniente según su estilo de vida.

Protéjase de contagiarse de zika a través de picaduras de mosquitos



Use repelente de insectos

- Protéjase y proteja a su familia de las picaduras de mosquitos durante todo el día y la noche, dentro y fuera de su casa.
- ¡El repelente de insectos es seguro y funciona! Lea la etiqueta y siga las instrucciones.



Cúbrase la piel

- Use camisas de mangas largas y pantalones largos. Para mayor protección, trate la ropa con permetrina.*



Prepare su casa para que no entren mosquitos

- Coloque mallas para ventanas y puertas. Utilice aire acondicionado cuando esté disponible. Vacíe los recipientes que tienen agua estancada.



Cuando quede embarazada, protéjase de contagiarse de zika por vía sexual

Use condón

- Use condón cada vez que tenga relaciones sexuales durante su embarazo. Los condones, para que sean efectivos, se deben usar de manera correcta, desde el principio hasta el final de toda relación sexual. Esto incluye sexo vaginal, anal y oral.



O

No mantenga relaciones sexuales

- No mantenga relaciones sexuales durante su embarazo.



Hable con su proveedor de atención médica

- Si piensa que su pareja puede tener o ha tenido zika, informe a su proveedor de atención médica si tuvo relaciones sexuales sin condón.



Para obtener más información: www.cdc.gov/zika

* En algunos lugares, como Puerto Rico, existe una resistencia generalizada a la permetrina y es probable que no sea efectiva. Comuníquese con las autoridades locales o con un distrito de control de mosquitos para obtener más información sobre los pesticidas.

