¿Qué significan todos los colores? Zika, el embarazo y el viajar en un mundo post-epidémico

Cuando el Zika se propagó por el hemisferio occidental, las recomendaciones de viaje para las personas embarazadas o planeando un embarazo eran claras: evitar cualquier área que tenía un riesgo de infección por Zika. Era bastante fácil de saber dónde eran esas áreas, dado que los gobiernos y las organizaciones de salud pública a través del mundo trabajaban incansablemente para identificar y reportar los casos. Mapas mundiales mostrando las áreas de riesgo daban una orientación clara de «sí o no». ¿Había alguna duda sobre quién no debería viajar adónde? No, en aquellos tiempos no.

¿Y ahora qué? El número de casos informados de Zika ha caído dramáticamente en los años recientes. Sin embargo, la exactitud de los informes puede variar mucho de un país a otro, así que el mapa mundial de Zika que era una vez claro ahora está mucho menos definido.

Una de las preguntas más comunes sobre el Zika que todavía recibimos en MotherToBaby es, «¿Cuán probable es que contraiga Zika si viajo al tal país?» (O una variación del mismo: “Fuimos a tal país. ¿De verdad necesitamos esperar 3 meses antes de intentar concebir un embarazo?») Un recurso para ayudar a contestar esa pregunta es el mapa interactivo del mundo mantenido por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) para ilustrar las áreas con riesgo de Zika. Ahora al visitar el mapa se encuentran cuatro colores, cada uno indicando un nivel diferente de riesgo de Zika y las recomendaciones correspondientes para las personas embarazadas, sus parejas, y ellos que están planeando un embarazo. Vamos a ver lo que cada color significa:

- Áreas **rojas** tienen transmisión activa de Zika. ***Los viajeros a áreas rojas están en riesgo de contraer Zika.***
    - Las personas embarazadas y sus parejas deben evitar en absoluto los viajes innecesarios a zonas rojas.
    - Las parejas y individuos que viajan a zonas rojas deberían de esperar al menos 2 meses (mujeres) o 3 meses (hombres) antes de intentar concebir un embarazo, y tener sexo solamente protegido (condones) durante este tiempo de espera.
- Áreas **moradas** han informado transmisión activa de Zika alguna vez en el pasado, y puede haber casos esporádicos todavía. ***Es posible que l****os viajeros a áreas moradas están en riesgo de contraer Zika.*

A las personas embarazadas, sus parejas, y ellos que están planeando un embarazo se les anima a hablar con sus proveedores de atención de salud para tomar decisiones acerca de viajar a áreas moradas. Deberían de considerar cuidadosamente los riesgos y consecuencias de la infección de Zika en el embarazo, la clase del viaje, cuánto riesgo potencial están dispuestos a aceptar, cuán pronto quieren concebir un embarazo (si no están esperando ya), y otros factores específicos del individuo o la pareja en aquel momento.

- Si las personas embarazadas o sus parejas deciden viajar a áreas moradas, deben tomar medidas para minimizar el riesgo, que incluye usar repelente de insectos y considerar el uso de condones durante el resto del embarazo.
- Las personas planeando un embarazo que viajan a áreas moradas también deben tomar medidas para minimizar el riesgo, que incluye usar repelente de insectos y considerar los tiempos de espera recomendados antes de tratar de concebir un embarazo (2 meses para mujeres, 3 meses para hombres).

Hay una subcategoría de **morada clara**, la cual muestra altitudes elevadas por encima de 2.000 metros donde generalmente los mosquitos que pueden transmitir Zika no viven. La posibilidad de contraer Zika en áreas de morada

clara es muy baja. Sin embargo, asegúrese de tomar en cuenta si los planes de viaje lo llevarán por las áreas de morado oscuro en vía a estas zonas de morada clara.

- Áreas **amarillas** tienen los mosquitos que pueden transmitir Zika, pero no han informado casos de transmisión de Zika. ***Los viajeros a áreas amarillas están en bajo riesgo de contraer Zika.***
  - Todos los viajeros a áreas amarillas deberían de tomar precauciones para evitar las picaduras de mosquitos.
- Áreas **verdes** no tienen mosquitos que pueden transmitir Zika y no han informado ningunos casos de transmisión de Zika. ***Los viajeros a áreas verdes no están en riesgo de contraer Zika.***
  - No hay recomendaciones de viaje tocante al Zika para áreas verdes.

Dado que muchos países están incluidos en la categoría morada, ¿cómo es que este mapa le ayuda a saber el ***verdadero*** riesgo si viaja a una zona morada? La respuesta es que no le ayuda a saber. El morado sólo le indica que hay ***algún*** nivel de riesgo. Aquí es por qué el morado — al igual a MotherToBaby — no puede ser más específico:

- ***Datos confiables para todos los países del mundo simplemente no existen.*** Puesto que el virus de Zika ya no se considera una emergencia de salud pública, muchos recursos que antes respaldaban la colección global de datos han sido dedicados a otros asuntos urgentes.
- ***El nivel de riesgo dentro de un país morado podría cambiar sin nosotros saber de inmediato.*** La capacidad de cualquier país para rápidamente identificar y reportar casos depende de recursos, logística y otros factores. Esto significa que puede haber retrasos en la detección y anuncio de nuevos brotes.

La conclusión es que nuestro mundo post epidémico de Zika requiere que tomemos en cuenta la salud de los actuales y futuros embarazos al planificar el viaje. Preguntarnos cuánto riesgo estamos dispuestos a aceptar cuando reservamos nuestras vacaciones y viajes de negocios. ¿Significa esto que las parejas e individuos que quieren tener hijos no pueden ir nunca a las áreas que han informado casos de Zika? ¡Claro que no! Pero si están embarazadas, o no están dispuestos o capaces de prevenir eficazmente el embarazo durante al menos 3 meses después de viajar, pueden preferir visitar uno de las muchas áreas donde no hay riesgo conocido de Zika. (¡Pensar en amarillo! ¡Pensar en verde!)

MotherToBaby está aquí para responder a sus preguntas sobre Zika y cualquier otra pregunta que tenga sobre otras exposiciones antes o durante el embarazo. ¡Feliz viaje!

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en MotherToBaby.org .

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 1 de marzo de 2019.