

# Virus de Zika y el Embarazo

---

Esta hoja habla sobre la exposición al virus del Zika durante el embarazo y la lactancia. Esta información no deberá usarse como un sustituto del cuidado médico o los consejos de su proveedor de la salud.

## ***¿Qué es el Zika? ¿Cómo se infecta la gente?***

El Zika es un virus propagado principalmente por mosquitos infectados. No todos los mosquitos portan el virus del Zika y no toda persona picada por un mosquito infectado será infectada. Las personas que tienen el mayor riesgo de contraer el virus del Zika son las que viven en o han viajado a lugares con transmisión activa del Zika.

Otras maneras de infectarse con Zika incluyen mediante el contacto sexual (sexo vaginal, anal, u oral, o por compartir juguetes sexuales), de una mujer embarazada infectada al feto, y a través de una transfusión con sangre infectada. En los EE.UU. la sangre donada es probada para el Zika. No hay evidencia de que el Zika se transmite a través de saliva o por toser o estornudar.

## ***¿Cuáles son los síntomas del virus del Zika?***

Cuatro de cada 5 personas infectadas con el virus del Zika no tienen síntomas. Para las que tienen síntomas, generalmente es una enfermedad leve parecida a la gripe con fiebre, sarpullido, dolor de cabeza, dolor de articulación y/o de músculo, y conjuntivitis (enrojecimiento en el ojo). Los síntomas comienzan de 3 a 7 días después de haber sido infectado y pueden durar por varios días hasta una semana. Una persona con Zika puede tratar los síntomas, pero no hay cura ni vacuna para el Zika. Aun si una persona infectada trata los síntomas, todavía puede pasar el virus a otras personas a través del sexo o a un bebé en desarrollo durante el embarazo.

## ***¿Puede una infección con Zika aumentar la posibilidad de un aborto espontáneo?***

Sí, la infección en el embarazo puede aumentar la posibilidad de aborto espontáneo o mortinato (muerte fetal).

## ***¿Puede una infección con Zika aumentar la posibilidad de malformaciones congénitas?***

En cada embarazo, la mujer inicia con un 3 al 5 por ciento de probabilidad de tener un bebé con malformaciones congénitas. Esto es conocido como su riesgo imprevisible. Si una mujer se infecta con Zika durante el embarazo, el virus puede pasar al bebé en desarrollo. Si esto ocurre, el bebé tiene mayor riesgo de ciertas malformaciones congénitas y problemas del desarrollo, conocido como “síndrome congénito por el virus del Zika” (CZS, por sus siglas en inglés). Bebés con CZS pueden tener microcefalia (cabeza y cerebro pequeño), otros defectos graves del cerebro, defectos de los ojos, pérdida de audición, convulsiones y/o problemas con las articulaciones y el movimiento de las extremidades. La infección con Zika también puede afectar el crecimiento del bebé. A veces, un bebé puede nacer sin efectos evidentes de infección de Zika, pero después puede tener atraso del crecimiento de la cabeza y cerebro debido a la infección (llamado microcefalia posnatal). Los estudios investigando las mujeres embarazadas con infección del Zika en los EE.UU. y territorios de los EE.UU. han observado que alrededor del 5-14% de los bebés nacidos de mujeres con infección confirmada de Zika durante el embarazo tienen malformaciones congénitas, problemas de desarrollo neurológico (por ejemplo, retraso del desarrollo, convulsiones, dificultad para tragar), o ambos. Algunos de los problemas de desarrollo neurológico en estos bebés no eran evidentes al nacer, pero se encontraron durante el primer año de vida. Los investigadores todavía están trabajando para aprender más sobre los posibles efectos de la infección de Zika durante el embarazo.

***¿Puede una infección con Zika en el segundo o tercer trimestre causar otras complicaciones del embarazo?*** Infección con Zika en cualquier momento del embarazo aumenta la posibilidad de malformaciones congénitas y otros problemas asociados con CZS. Basado en datos limitados, es posible que una infección temprano en el embarazo sea de mayor riesgo para el bebé, pero la infección es un riesgo todavía en los segundo y tercer trimestres.

## ***Estoy embarazada. ¿Cómo puedo protegerme del virus del Zika?***

Usted puede evitar el Zika por no viajar a áreas donde hay riesgo de Zika (áreas en rojo o morado en el [mapa del Zika](#) de los Centros para el Control y la Prevención de las Enfermedades). Si tiene que viajar a un área con riesgo de Zika, ayude a prevenir picaduras de mosquito por usar repelente de insectos. MotherToBaby tiene hojas informativas

disponibles para **Repelente de Insectos** y el repelente **DEET**. Para información sobre repelentes efectivos y otras maneras de prevenir picaduras de mosquito, visite la página web de los CDC **Prevenir las Picaduras**.

También se puede evitar el Zika por no tener sexo con una pareja que pueda tener el virus. Si su pareja vive en o viaja a un área con Zika, los CDC recomiendan que no tengan sexo, o que usen protección de barrera en cada acto de sexo vaginal, anal, u oral, por el resto del embarazo. Vea a la página de los CDC **Transmisión Sexual y Prevención**.

***¿Por cuánto tiempo necesitan las mujeres y los hombres esperar después de estar en un área con riesgo de Zika (o tener relaciones sexuales con alguien que pueda estar infectado) antes de concebir un embarazo?***

Las mujeres que pueden haber sido expuestas al Zika a través de viajar (vea el **mapa del Zika** de los CDC) o del sexo deben esperar por lo menos 2 meses antes de intentar quedar embarazada, aun si no tienen síntomas de Zika. Los hombres que pueden haber sido expuestos al Zika a través de viajar o del sexo deben esperar por lo menos 3 meses antes de intentar concebir un embarazo, aun si no tienen síntomas. Durante este tiempo de espera, hombres y mujeres deberían usar métodos de barrera (condones) y métodos anticonceptivos efectivos para prevenir el embarazo y proteger a sus parejas contra el virus.

***Yo di positivo para Zika hace unos meses. ¿Hay un riesgo de malformaciones congénitas en mis futuros embarazos?***

El esperar por lo menos 2 meses (para mujeres) o por lo menos 3 meses (para hombres) después de una infección de Zika permite tiempo para que el virus se va del cuerpo. Cuando ya no hay virus en el cuerpo, no hay riesgo aumentado de problemas relacionados con Zika en los futuros embarazos. Basado en lo que sabemos de otros virus similares, es poco probable que alguien puede volver a infectarse con Zika después de haber tenido Zika una vez.

***¿Puedo hacerme una prueba para detectar el virus del Zika?***

Posiblemente, pero no todas las personas que pueden haber sido expuestas al Zika necesitan hacerse pruebas. Hombres y mujeres que fueron posiblemente expuestos al Zika y desarrollan síntomas deberían hablar con sus proveedores de atención médica tan pronto como posible al desarrollar síntomas. En algunos casos, pruebas para detectar dengue pueden ser ordenadas juntas con, o en vez de, pruebas para el Zika. Las pruebas no son rutinariamente recomendadas para personas que no tengan síntomas, aun si están embarazadas. Sin embargo, las mujeres embarazadas que están preocupadas sobre el Zika deberían de hablar con sus proveedores de atención médica para tomar decisiones colectivas sobre las pruebas. Las recomendaciones locales pueden ser diferentes en algunas áreas. Para mayor información, vea **Pruebas para el Zika**.

Para los hombres, hacerse pruebas de Zika no es una buena manera de saber si pueden pasar el virus a sus parejas mediante el sexo. Actualmente, no hay manera para probar el semen para el Zika. Los hombres con parejas sexuales embarazadas deberían continuar a usar condones por la duración del embarazo, y los hombres planeando un embarazo deberían esperar 3 meses, aun si reciben un resultado negativo de la prueba de sangre para Zika.

***¿Qué pasa si estoy embarazada y doy positivo para el virus del Zika, o si los resultados de mi prueba no son claros?***

Si una mujer da positivo para Zika en el embarazo, o sus resultados no son claros, los CDC proveen consejos a los proveedores de atención médica para seguir el crecimiento y desarrollo del bebé por el resto del embarazo. Esto puede incluir ecografías más frecuentes (llamadas ecografías seriales) cada 3 a 4 semanas y pruebas para detectar infección de Zika en el bebé. Es importante recordar que solo porque una mujer embarazada da positivo para el Zika, esto no da por hecho que su bebé tendrá malformaciones congénitas o problemas de desarrollo neurológico.

***¿Qué tal si viajé a un área con Zika durante el embarazo pero nunca me hice una prueba?***

Todos los bebés que puedan haber sido expuestos al virus del Zika durante el embarazo deberían recibir un examen físico al nacer y en cada control del niño sano. Los infantes que nacen con malformaciones congénitas consistentes con el síndrome congénito por el virus del Zika, y los infantes cuyas madres dieron positivos para Zika durante el embarazo, deberían recibir pruebas adicionales. Hable con su proveedor de atención médica sobre las opciones y recomendaciones para su bebé.

***¿Dónde puedo encontrar un médico que se especializa en tratar a los bebés con síndrome congénito de Zika?***

Zika Care Connect (ZCC) es un recurso útil para encontrar proveedores de salud que cuidan de pacientes afectados por Zika. Estos proveedores reciben la última información médica de los CDC que los permite atender a pacientes con Zika basado en la información más actualizada. El sitio web de ZCC permite buscar especialistas cerca de usted, y proporciona información sobre cuál seguro de salud aceptan.

### ***¿Puedo amamantar si tengo el virus del Zika?***

El virus del Zika se ha encontrado en la leche materna de mujeres infectadas con Zika, pero no ha habido casos reportados de infantes infectados con Zika a través de la leche materna. Los investigadores están aprendiendo más sobre cualquier efecto de largo plazo que el Zika podría tener sobre los niños e infantes, pero la mayoría de los infantes y niños que se infectan con Zika a través de picaduras de mosquito no tienen síntomas o solo tienen síntomas leves, igual a la infección en los adultos. Basado en información actual, los expertos creen que los beneficios de amamantar son más grandes que cualquier riesgo potencial de infección de Zika a través de amamantar. Hable con su proveedor de atención médica acerca de cualquier pregunta sobre la lactancia.

**¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en [MotherToBaby.org](https://www.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, diciembre 5, 2019.