Virus de Zika

Esta hoja trata sobre la exposición al virus del Zika en el embarazo y durante la lactancia. Esta información se basa en estudios de investigación publicadas. No debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

¿Qué es el Zika? ¿Cómo lo contraen las personas?

El Zika es un virus que generalmente se transmite por mosquitos infectados. No todos los mosquitos son portadores del virus del Zika, y no todas las personas picadas por un mosquito infectado contraerán el virus del Zika. Otras formas en las que las personas pueden contraer el Zika incluyen el contacto sexual con una pareja infectada (sexo vaginal, anal u oral, o compartir juguetes sexuales) y a través del contacto de sangre con sangre infectada (por transfusiones, pinchazos con agujas o compartir agujas con una persona infectada). Una persona embarazada que tiene Zika también puede transmitir la infección a su feto durante el embarazo.

Cuatro de cada 5 personas que tienen el virus Zika no presentan síntomas. Quienes presentan síntomas suelen padecer una enfermedad leve similar a una gripe, con fiebre, sarpullido, dolor de cabeza, dolor en las articulaciones y/o músculos y conjuntivitis (“ojo rojo”). Los síntomas pueden comenzar entre 3 y 7 días después de la infección y pueden durar desde varios días hasta una semana. Los síntomas del Zika se pueden tratar, pero no existe cura ni vacuna contra esta enfermedad. Incluso si una persona infectada trata sus síntomas, o si no los tiene, aún puede transmitir el virus a otras personas a través de relaciones sexuales o a un feto.

¿Cómo puedo protegerme del virus Zika durante un viaje?

Prevenga las picaduras de mosquitos durante y después del viaje usando repelente de insectos y tomando otras medidas recomendadas por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) en https://www.cdc.gov/mosquitoes/es/prevention/como-prevenir-las-picaduras-de-mosquitos-mientras-viaje.html. MotherToBaby tiene hojas informativas sobre repelentes de insectos en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/repelente-de-insectos/ and DEET at https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/deet-nn-ethyl-m-toluamide/.

Dependiendo de dónde viaje, podría recomendarse tomar medidas para prevenir la transmisión sexual del Zika (contraer o transmitir el virus a través de las relaciones sexuales) y/o retrasar el embarazo después del viaje. Para prevenir la transmisión sexual del Zika, use condones o barreras dentales, no comparta juguetes sexuales y no tenga relaciones sexuales durante el viaje ni durante un período de tiempo después del viaje (2 meses para mujeres biológicas o 3 meses para hombres biológicos). Siga estos mismos plazos si desea retrasar el intento de quedar embarazada después del viaje (2 meses para mujeres biológicas y 3 meses para hombres biológicos). Consulte a continuación recomendaciones específicas basadas en el riesgo de Zika en sus destinos.

Consulte el riesgo de Zika en sus destinos. Antes de viajar, consulte el sitio web de los CDC para ver si hay avisos de salud para viajeros sobre el Zika activos en: https://wwwnc.cdc.gov/travel/notices.

- Si está embarazada, evite viajar a áreas con avisos de salud para viajeros sobre el virus del Zika activos. Si debe viajar, evite las picaduras de mosquitos y la transmisión sexual del virus del Zika durante y después del viaje de acuerdo con las pautas de los CDC.

- Si su pareja está embarazada y decide viajar a un área con un Aviso de salud para viajeros sobre el Zika activo, evite las picaduras de mosquitos y la transmisión sexual durante y después del viaje de acuerdo con las pautas de los CDC.

- Si usted o su pareja están planeando un embarazo y usted viaja a un área con un Aviso de salud para viajeros sobre el Zika activo, evite las picaduras de mosquitos y la transmisión sexual, y retrase el embarazo de acuerdo con las pautas de los CDC.

Algunas áreas aún tienen niveles bajos de transmisión del virus Zika incluso si no hay un Aviso de Salud para Viajeros

sobre el Zika activo. Para obtener información sobre el riesgo de Zika en países y territorios específicos, consulte https://www.cdc.gov/zika/geo/index.html. Es difícil saber el nivel exacto de transmisión en muchas zonas. Considere cuidadosamente los riesgos del Zika antes de viajar a áreas con transmisión actual o pasada del virus del Zika.

- Si usted o su pareja está embarazada y viaja a una zona con transmisión actual o pasada, evite las picaduras de mosquitos durante y después del viaje. Si le preocupan los riesgos del Zika, evite la transmisión sexual durante y después del viaje de acuerdo con las pautas de los CDC.

- Si usted o su pareja están planeando un embarazo y usted viaja a un área con transmisión actual o pasada, evite las picaduras de mosquitos durante y después del viaje. Si le preocupan los riesgos del Zika, evite la transmisión sexual durante y después del viaje y considere retrasar el embarazo de acuerdo con las pautas de los CDC.

¿Tener el virus del Zika aumenta la probabilidad de aborto espontáneo?

El aborto espontáneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. La infección por Zika durante el embarazo puede aumentar el riesgo de aborto espontáneo.

¿Tener el virus del Zika durante el embarazo aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento?

Los defectos de nacimiento pueden ocurrir en cualquier embarazo por diferentes razones. De todos los bebés que nacen cada año, aproximadamente 3 de cada 100 (3 %) tendrán un defecto de nacimiento. Analizamos estudios de investigación para intentar comprender si una exposición, como al Zika, podría aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento en un embarazo.

Cuando una persona embarazada contrae Zika, el virus puede transmitirse al feto. Si esto sucede, el feto tiene un mayor riesgo de sufrir ciertos defectos de nacimiento y problemas de desarrollo conocidos como síndrome congénito del Zika (SCZ). El SCZ puede incluir microcefalia (cabeza y cerebro muy pequeños), defectos cerebrales graves, defectos oculares, pérdida de audición y/o problemas con el desarrollo y movimiento de las articulaciones y extremidades.

Los estudios sugieren que entre el 5 y el 10 % de los bebés nacidos de personas con infección confirmada por Zika durante el embarazo tendrán defectos de nacimiento relacionados con la infección. La probabilidad es mayor si se produce una infección por Zika durante el primer trimestre, pero los defectos de nacimiento relacionados con el Zika también pueden ocurrir después de la infección en el segundo o tercer trimestre.

¿Tener el virus del Zika aumenta la probabilidad de sufrir otros problemas del embarazo?

La infección por Zika durante el embarazo puede aumentar las probabilidades de parto prematuro (nacimiento antes de la semana 37), bajo peso al nacer (peso inferior a 5 libras y 8 onzas [2500 gramos] al nacer), que el feto sea más pequeño de lo esperado para el momento del embarazo (pequeño para la edad gestacional) y muerte fetal.

¿Tener el virus del Zika durante el embarazo afecta el comportamiento o el aprendizaje futuro del niño?

Los niños con SCZ tienen mayor probabilidad de tener problemas de aprendizaje.

A veces, un bebé puede nacer sin efectos aparentes por la infección por Zika, pero luego puede tener un crecimiento lento de la cabeza y el cerebro (lo que se denomina microcefalia posnatal). Las investigaciones también han demostrado que incluso cuando un bebé no presenta problemas evidentes asociados con el Zika, aún existe la posibilidad de que más adelante tenga problemas, como retrasos en el cumplimiento de los hitos del desarrollo o epilepsia (trastorno convulsivo).

¿Puedo hacerme la prueba del Zika?

Las personas que tienen síntomas de Zika y que podrían haber estado expuestas al virus del Zika a través de un viaje o de relaciones sexuales con alguien que haya viajado recientemente deben hacerse la prueba. Los CDC tienen más

información sobre las pruebas aquí: https://www.cdc.gov/zika/es/testing/pruebas-de-deteccion-del-virus-del-zika.html.

¿Qué exámenes o pruebas están disponibles para ver si mi embarazo tiene defectos de nacimiento u otros problemas?

Las ecografías prenatales se pueden usar para detectar algunos defectos congénitos, como la microcefalia. La ecografía también se puede utilizar para controlar el crecimiento del embarazo. Hable con su proveedor de atención de salud sobre los exámenes o pruebas prenatales que están disponibles para usted. No existen pruebas disponibles durante el embarazo que puedan indicar cuánto efecto podría tener sobre el comportamiento o el aprendizaje futuros.

Lactancia materna mientras tengo el virus del Zika:

Se ha encontrado el virus del Zika en la leche materna. No se han reportado casos de bebés que hayan contraído el virus del Zika a través de la leche materna. Los expertos creen que los beneficios de la lactancia materna superan cualquier riesgo potencial de infección por el virus del Zika a través de la lactancia materna.

Algunas investigaciones sugieren que los niños con síndrome congénito del Zika pueden tener problemas con la alimentación, como dificultades para tragar o succionar. Si está preocupado por los hábitos de alimentación o el aumento de peso de su bebé, hable con el pediatra de su bebé. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia.

Si un hombre tiene el virus del Zika, ¿puede afectar la fertilidad o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?

Un estudio demostró que tener una infección por Zika redujo el recuento de espermatozoides (cantidad de espermatozoides producidos). Esto puede afectar la fertilidad masculina (capacidad de dejar embarazada a su pareja). El recuento de espermatozoides volvió a la normalidad varios meses después de que desapareció la infección.

Si un hombre tiene Zika, puede transmitir el virus a su pareja a través de relaciones sexuales sin protección. Esto puede aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento en el embarazo de su pareja. Los hombres que podrían haber estado expuestos al virus del Zika deben tomar medidas para evitar transmitir el virus a una pareja a través de las relaciones sexuales, incluso si no tienen síntomas (para obtener más información, consulte https://www.cdc.gov/zika/prevention/index.html). Para obtener más información general sobre la exposición paterna, lea la hoja informativa de MotherToBaby en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/exposiciones-paternas/.

Haga clic aquí para acceder a las referencias.

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 enero de 2025.