# Virus de Zika

Esta hoja trata sobre la exposición al virus de Zika en el embarazo y durante la lactancia. Esta información se basa en la literatura publicada disponible. 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 se infecta la gente?***

El Zika es un virus propagado principalmente por mosquitos infectados. No todos los mosquitos transmiten el virus del Zika y no toda persona picada por un mosquito infectado será infectada. Otras maneras de infectarse con Zika incluyen mediante el contacto sexual con una pareja infectada (sexo vaginal, anal, u oral, o por compartir juguetes sexuales) y a través del contacto sangre a sangre con sangre infectada (por transfusión, pinchazo de aguja, o compartir jeringas con una persona infectada). Una persona que tiene Zika también puede transmitir la infección al feto durante el embarazo.

Cuatro de 5 personas infectadas con el virus del Zika no tienen síntomas. Las que tienen síntomas generalmente tienen una enfermedad leve parecida a la gripe, con fiebre, sarpullido, dolor de cabeza, dolor de articulación y/o 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. Los síntomas de Zika se pueden tratar, pero no hay cura ni vacuna para el Zika. Aun si una persona infectada trata los síntomas o no tiene síntomas, todavía puede pasar el virus a otras personas a través del sexo o a un feto en desarrollo.

***¿Cómo puedo proteger mi embarazo contra el virus de Zika al viajar?***

Evite 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, por sus siglas en inglés) 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/ y DEET en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/deet-nn-ethyl-m-toluamide/.

Dependiendo del lugar al que viaje, es posible que se recomiende tomar o considerar tomar medidas para prevenir la transmisión sexual del Zika (contraer o transmitir el virus a través de las relaciones sexuales) y/o posponer el embarazo después del viaje. Para prevenir la transmisión sexual del zika, use condones o protectores bucales, no comparta juguetes sexuales o no tenga relaciones sexuales durante el viaje y durante un período de tiempo después del viaje (2 meses para las mujeres biológicas o 3 meses para los hombres biológicos). Siga los mismos plazos si está posponiendo la concepción de un embarazo después de viajar (2 meses para las mujeres biológicas y 3 meses para los hombres biológicos). Consulte a continuación las recomendaciones específicas basadas en el riesgo de zika en su(s) destino(s).

Verifique el riesgo de Zika en su(s) destino(s). Antes de viajar, consulte el sitio web de los CDC para ver si hay avisos de salud activos para viajeros sobre el Zika: https://wwwnc.cdc.gov/travel/notices.

- Si está embarazada, evite viajar a áreas con avisos de salud activos para viajeros sobre el Zika. 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 anteriores.
- Si su pareja está embarazada y usted decide viajar a un área con un aviso de salud activo para viajeros sobre el Zika, evite las picaduras de mosquitos y la transmisión sexual durante y después del viaje de acuerdo con las pautas anteriores.
- Si usted o su pareja están planeando un embarazo y viajan a un área con un aviso de salud activo para viajeros sobre el Zika, evite las picaduras de mosquitos, evite la transmisión sexual y posponga el embarazo de acuerdo con las pautas anteriores.

Algunas áreas todavía tienen niveles bajos de transmisión del virus del Zika, incluso si no hay un aviso de salud activo para viajeros sobre el Zika. Para obtener información sobre el riesgo de Zika en países y territorios específicos,

consulte https://www.cdc.gov/zika/geo/index.html. Es difícil conocer 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 viajan 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 de acuerdo con las pautas anteriores.
- Si usted o su pareja están planeando un embarazo y viajan 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 posponer el embarazo de acuerdo con las pautas anteriores.

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

El aborto espontáneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. Una infección por Zika en el embarazo puede aumentar la probabilidad de aborto espontáneo.

***¿Tener el virus de Zika en el embarazo aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento?***

Cada embarazo comienza con un 3-5% de posibilidades de tener un defecto de nacimiento. Esto se llama el riesgo imprevisible. Si una persona embarazada se infecta con Zika, el virus puede pasar al feto en desarrollo. Si esto ocurre, el feto tiene mayor riesgo de ciertos defectos de nacimiento y problemas del desarrollo, conocido como “síndrome congénito por el virus del Zika” (CZS, por sus siglas en inglés). CZS puede incluir la microcefalia (cabeza y cerebro pequeño), defectos graves del cerebro, defectos de los ojos, pérdida de audición, y/o problemas con las articulaciones y el movimiento de las coyunturas y extremidades.

Los estudios sugieren que alrededor del 5-10% 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 con una infección por Zika en 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 de Zika aumenta la probabilidad de otras complicaciones del embarazo?***

Una infección por Zika en el embarazo puede aumentar la probabilidad de mortinato (muerte fetal), parto prematuro (parto antes de la semana 37), que el feto sea más pequeño de lo esperado para el momento del embarazo (pequeño para la edad gestacional) y bajo peso al nacer (que pesa menos de 5 libras, 8 onzas [2500 gramos] al nacer).

***¿Tener el virus de Zika en el embarazo afecta el futuro aprendizaje o comportamiento para el 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 (llamado microcefalia postnatal). La investigación también ha demostrado que incluso cuando un bebé no tiene problemas notables asociados con el Zika, todavía existe la posibilidad de que más tarde pueda tener problemas, como retrasos en cumplir los hitos del desarrollo o epilepsia (trastorno convulsivo).

***¿Puedo hacerme una prueba de Zika?***

Hacerse pruebas de Zika no es una buena manera de saber si es seguro quedar embarazada o si puede pasar el virus a su pareja mediante el sexo. No hay una prueba disponible para saber si hay virus de Zika en el semen de una persona. Las personas que experimentan síntomas del Zika y han tenido una posible exposición al virus del Zika al viajar o tener relaciones sexuales con alguien que ha viajado recientemente deben hacerse la prueba. Los CDC tienen más información sobre las pruebas de detección aquí:
https://www.cdc.gov/zika/es/testing/pruebas-de-deteccion-del-virus-del-zika.html.

***La lactancia y el virus de Zika:***

El virus del Zika se ha encontrado en la leche materna, pero no ha habido casos reportados de infantes infectados con Zika a través de la lactancia. Los expertos creen que los beneficios de amamantar son más grandes que cualquier riesgo potencial de infección de Zika a través de la lactancia.

Algunas investigaciones sugieren que los niños con síndrome congénito de Zika (CZS, por sus siglas en inglés) pueden tener problemas con la alimentación, como problemas para tragar o succionar. Si le preocupan los hábitos alimenticios

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 de Zika, ¿podría afectar la fertilidad o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?***

Un estudio mostró que tener una infección por Zika redujo el conteo de espermatozoides (número de espermatozoides producidos), pero el conteo de espermatozoides volvió a la normalidad dentro de varios meses después de la infección. Un recuento bajo de espermatozoides puede afectar la fertilidad (capacidad de embarazar a la pareja).

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 su pareja a través de las relaciones sexuales, incluso si no tiene síntomas. Para prevenir la transmisión sexual del zika, use condones o protectores bucales, no comparta juguetes sexuales o no tenga relaciones sexuales durante un período de 3 meses después de la posible exposición al virus. Para obtener más información general acerca de las exposiciones paternas, por favor consulte la hoja informativa de MotherToBaby en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/exposiciones-paternas/.

**Haga clic aquí para ver las referencias.**

**¿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, enero 1, 2024.