GUÍA de medidas **contra el zika**

Para ministros de salud

Actividades comunitarias

- **Facilite el acceso a los servicios de planificación familiar.**
- **Ofrezca guía sobre métodos anticonceptivos y planificación familiar.**
- **Ofrezca condones femeninos y masculinos.**
- **Organice debates sobre planificación familiar y prevención de la propagación del zika a través de relaciones sexuales.**

EL ROL DE LOS MINISTROS DE SALUD EN LA LUCHA CONTRA EL ZIKA

El rol de los ministros de salud en la lucha contra el zika cambia según la fase de transmisión presente. Los ministros de salud suelen tener una valiosa perspectiva de la cultura local y ganarse la confianza de los miembros de la comunidad. Las siguientes actividades le ayudarán a desempeñarse como líder comunitario de manera más efectiva.

Los ministros de salud son recursos comunitarios

Usted, como ministro de salud, ocupa un lugar extraordinariamente influyente en su comunidad. Los ministros de salud suelen tener una valiosa perspectiva de la cultura local y ganarse la confianza de los miembros de la comunidad. Pueden servir, incluso, como punto de contacto primario de los miembros de la comunidad, para cuestiones de salud. Como líder comunitario fiable, puede ser un asociado importante para detener la transmisión de la enfermedad por el virus del Zika (zika).

Puede ayudar a motivar la lucha contra el zika en su comunidad local. La mayoría de las personas infectadas con el virus del Zika no presentan síntomas. Si una persona se contagia, el cuadro por lo general tiene síntomas leves que duran aproximadamente una semana. Sin embargo, la infección por el virus del Zika durante el embarazo puede producir microcefalia y otras malformaciones cerebrales graves en el feto. Evitar las picaduras de mosquitos ayuda a detener la propagación de la enfermedad a mujeres embarazadas. Los ministros de salud pueden hacer hincapié en la importancia de protegerse contra las picaduras de mosquitos y alentar a las personas que estén atentas a la lucha contra el zika.

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU recomienda que las comunidades participen en la detección de la diseminación del zika al reducir la cantidad de mosquitos de cada área. También puede informar a las personas sobre los pasos a seguir cuando alguien de la comunidad contrae el zika, o con los casos de transmisión local. Las comunidades que trabajan en conjunto para garantizar la atención necesaria a las mujeres embarazadas ayudarán a evitar la transmisión del zika.

Cuando en su comunidad haya preocupación por el zika

MENSAJES

- Comparta información actualizada y confiable sobre el zika con los miembros de su comunidad. Visite www.cdc.gov/zika para obtener la información más reciente sobre el zika.
- Recomiende a las mujeres embarazadas buscar atención prenatal.
- Hable con las familias jóvenes y parejas que esperan un hijo en su comunidad para asegurarse de que conozcan los riesgos del virus del Zika y cómo comunicarse con un médico o proveedor de atención médica si consideran que están infectados con el virus del Zika.
- Hable con las parejas de su área que puedan estar pensando en tener un hijo para ayudarles a contactar un médico o un proveedor de atención médica.
- Aliente a las mujeres embarazadas y a sus parejas, ya sean hombres o mujeres, a usar condones o barreras bucales cada vez que tengan relaciones sexuales vaginales, anales y orales o sugiérales que eviten tener relaciones sexuales durante el embarazo.
- Aliente a las personas que están enfermas a usar repelente de insectos hasta una semana después de haberse curado.

DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES · USA

The Partnership Center
Center for Faith-based and Neighborhood Partnerships

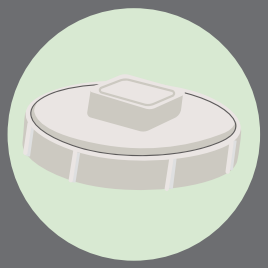
Antes de la temporada de mosquitos

MENSAJES

- Organice una reunión informativa sobre el zika para informar sobre cómo reconocer los lugares donde pueden vivir los mosquitos y poner huevos. Utilice un vocabulario sencillo que los miembros de su comunidad entiendan.
- Distribuya afiches, hojas informativas y otro tipo de material con texto sencillo en las reuniones y a través de los medios sociales. Use los métodos que sabe que funcionan en sus congregaciones y comunidades.
- Distribuya materiales informativos sobre el control de los mosquitos y las medias de protección personal.

ACTIVIDADES

- Capacite a los voluntarios sobre las medidas de protección personal contra las picaduras de mosquitos.
- Capacite a los voluntarios en el reconocimiento y eliminación del hábitat de los mosquitos.
- Establezca un calendario de actividades con caminatas mensuales para identificar y eliminar las fuentes de aguas estancadas donde los mosquitos pueden poner huevos. Asegúrese de que los participantes se protejan contra las picaduras de mosquitos.
- Comuníquese con el líder de la unidad local del Cuerpo de Reserva Médica para analizar los posibles roles de los voluntarios en la preparación o respuesta ante un posible brote de zika en la comunidad. Encuentre las unidades del Cuerpo de Reserva Médica en este sitio web: http://www.medicalreservecorps.gov/FindMRC
- Identifique y fomente la instalación de mallas en puertas y ventanas de centros comunitarios y residencias que prestan servicios a mujeres en edad reproductiva.



Inicio de la temporada de mosquitos*

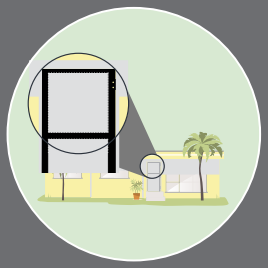
*En algunos estados del sur hay mosquitos durante todo el año. En las zonas más al norte de los Estados Unidos, la temporada de mosquitos comienza más adelante, generalmente entrada la primavera y finaliza en el otoño con la primera helada.

MENSAJES

- Continúe con la concientización comunitaria sobre las estrategias de control de los mosquitos al organizar reuniones y distribuir materiales informativos. Recuerde a las personas que al podar la vegetación y cortar el césped pueden reducir la cantidad de lugares donde se posan los mosquitos adultos.
- Recuerde a los miembros de la comunidad que tomen medidas para evitar las picaduras de mosquitos durante las tres semanas posteriores al llegar de un viaje a las áreas con zika, aunque no se sientan enfermos. Las personas pueden estar infectadas aunque no presenten síntomas; los mosquitos pueden adquirir el virus al picarlas y luego propagarlo a otras personas. Deben usar camisas de mangas largas y pantalones largos, así como también repelente de insectos según las indicaciones. Las casas deben tener aire acondicionado o mallas, de ser posible.

ACTIVIDADES

- Entable una relación con el centro de salud comunitario local. Para encontrar uno, visite findahealthcenter.hrsa.gov.
- Organice su propia campaña de reducción de la población de mosquitos en toda la comunidad. Una vez por semana, vacíe y limpie, voltee o deseche los recipientes que acumulan agua.
- Use larvicidas (químicos que matan las larvas) para tratar el agua estancada que no se puede tapar, desechar ni eliminar, y que no se usará para beber.



Después del primer caso de transmisión local

MENSAJES

- Distribuya información actual y confiable sobre el zika en su comunidad. Visite www.cdc.gov/zika para obtener la información más reciente sobre el zika. Utilice el micrositio sobre el zika de los CDC (https:// tools.cdc.gov/medialibrary/index.aspx#/microsite/id/234558) para incluir información sobre el zika en el sitio web de su organización. Es posible que el primer caso incremente la preocupación de la comunidad y las personas quieran más información en este momento.
- Aliente a las personas enfermas a que se queden en sus casas y tomen medidas para protegerse de las picaduras de mosquitos durante la primera semana de la enfermedad.

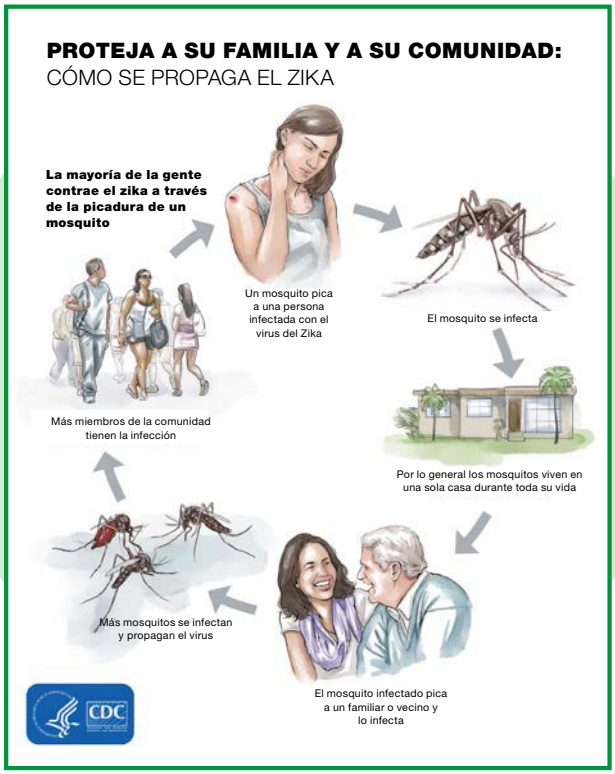
ACTIVIDADES

- Forme equipos para ir casa por casa y ayudar a controlar los mosquitos en los alrededores de los hogares.
- Organice debates abiertos sobre la transmisión sexual del zika.
- Ofrezca a quienes estén esperando un hijo la posibilidad de hablar entre sí y con profesionales de los cuidados de salud sobre la protección.

Durante la transmisión activa del zika en su comunidad

MENSAJES

- Aliente a las personas enfermas con zika a tomar medidas para prevenir las picaduras de mosquitos durante la primera semana de la enfermedad, durante el transcurso de la enfermedad y una semana posterior a la recuperación. Dado que los síntomas pueden ser leves, recuerde a los miembros de su comunidad que deben quedarse en sus casas no solo por su bienestar sino por la seguridad de toda la comunidad.
- Hable con los empleadores y aúnen esfuerzos para crear una cultura de salud y bienestar en la comunidad, a fin de que las personas se sientan motivadas a quedarse en sus casas cuando estén medianamente enfermas.
- Anime a los miembros de su comunidad a usar camisas de mangas largas y pantalones largos livianos y de colores claros. Dé el ejemplo, aunque haga calor.



ACTIVIDADES

- Continúe coordinando actividades de control de mosquitos en toda la comunidad. Vacíe y limpie, voltee o deseche los objetos que contengan agua. Lo ideal es hacerlo una vez por semana.
- Incremente la cantidad de actividades recreativas en interiores para ayudar a disminuir la cantidad de tiempo que la gente está expuesta a los mosquitos.
- Organice eventos para que los miembros de la comunidad traten la ropa y los equipos con permetrina o compre artículos tratados con permetrina.

Viajes

Los CDC recomiendan precauciones especiales para mujeres embarazadas. Las mujeres embarazadas deben evitar viajar a un área con zika. Si alguien de su congregación o comunidad tiene que viajar a una de estas áreas, aconséjele que primero hable con su médico o proveedor de atención médica y siga estrictamente las medidas para evitar las picaduras de mosquitos durante el viaje.

Después de regresar del viaje, los viajeros deben tomar medidas para prevenir las picaduras de mosquitos durante tres semanas con el fin de evitar la infección de los mosquitos locales, que luego pueden infectar a otras personas.

Aliente a los hombres y mujeres que hayan viajado a áreas con zika a usar condones de manera correcta cada vez que tengan relaciones sexuales por vía vaginal, anal u oral o a evitar tener relaciones sexuales durante el embarazo. De esta manera se puede evitar la transmisión sexual del zika.

Recursos

VIRUS DEL ZIKA

- Síntomas, diagnóstico y tratamiento del zika: http://www.cdc.gov/zika/ symptoms/index.htm
- Información sobre el zika para viajeros: http://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-information
- Lo que sabemos y lo que no sabemos acerca del zika y el embarazo: http://www.cdc.gov/zika/healtheffects/index.html
- Recomendaciones de los CDC para parejas que están pensando en concebir: http://www.cdc.gov/zika/ pregnancv/thinking-about-pregnancv.html
- Transmisión sexual del virus del Zika: http://www.cdc.gov/zika/transmission/sexual-transmission.html

PREVENCIÓN

- Consejos básicos sobre prevención: http://www.cdc.gov/7ika/prevention/
- Consejos para el control de los mosquitos en casa: http://www.cdc.gov/zika/prevention/controlling-mosquitoes-at-home.html
- Mantener los pozos sépticos a prueba de mosquitos: http://www.cdc.gov/zika/pdfs/septictankfactsheetenglishncezid.pdf
- Crear un kit de prevención del zika: http://www.cdc.gov/zika/prevention/prevention-kit.html
- Consejos sobre protección para mujeres embarazadas: http://www.cdc.gov/zika/pregnancv/protect-vourself.html
- Cómo prevenir la transmisión sexual del zika http://www.cdc.gov/zika/transmission/sexual-transmission.html

HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN

- Recursos para imprimir: http://www.cdc.gov/zika/fs-posters/index.html
- Infografía: http:/www.cdc.gov/zika/comm-resources/infographics.html
- Recursos de video sobre el zika: http://www.cdc.gov/zika/comm-resources/video.html

The Partnership Center
Center for Faith-based and Neighborhood Partnerships

Idioma inglés, versión accesible: http://www.hhs.gov/sites/default/files/action-guide-zika-2016.pdf

SÍNTOMAS, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DEL ZIKA

SÍNTOMAS

- Muchas personas infectadas con el virus del Zika ni siquiera saben que tienen la enfermedad porque no presentan síntomas. En aquellos que la padecen, la enfermedad suele transcurrir con síntomas leves que pueden durar algunos días, hasta una semana, después de que un mosquito infectado haya picado a la persona.
- Los síntomas más comunes son fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones o conjuntivitis (ojos enrojecidos). Otros síntomas comunes son dolor muscular y dolor de cabeza. Se desconoce el tiempo que transcurre entre la exposición y la aparición de los síntomas del zika, pero es probable que sea de varios días a una semana.
  - Las mujeres embarazadas que presenten fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones u ojos enrojecidos durante las 2 semanas posteriores a un viaje a una región con zika, deben consultar a su médico u otro proveedor de atención médica y contarle acerca de su viaje reciente.
- Por lo general, el cuadro no es lo suficientemente grave como para ir al hospital, y es muy poco frecuente que se produzca la muerte a causa del zika.

DIAGNÓSTICO

- Los síntomas del zika pueden ser similares a los de otras enfermedades.
- Aliente a los miembros de la comunidad a acudir a un proveedor de atención médica si presentan los síntomas descritos anteriormente y si han visitado un área con zika. Deben informar a su proveedor de atención médica dónde viajaron.
- Los proveedores de atención médica pueden indicarle pruebas de sangre u orina para detectar el zika u otros virus similares como dengue o chikunguña.

TRATAMIENTO

- No existe vacuna para prevenir el zika ni medicamentos para tratarlo.
- Trate los síntomas:
  - Haciendo reposo.
  - Tomando líquidos para evitar la deshidratación.
  - Tomando medicamentos como acetaminofeno (Tylenol®) para calmar la fiebre y el dolor.
- No tomando aspirina, ibuprofeno (como Advil o Motrin), ni otros medicamentos antiinflamatorios no esteroideos, comúnmente conocidos como AINE, hasta que se descarte el dengue.
- Si está tomando medicamentos para otra afección, hable con su médico o proveedor de atención médica antes de tomar otros medicamentos.