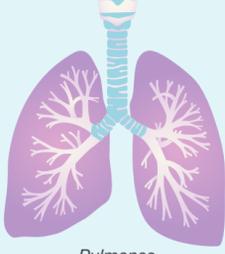


¿ES INFLUENZA O ZIKA?



INFLUENZA (GRIPE)



Pulmones

La **INFLUENZA** es una enfermedad respiratoria contagiosa común causada por los virus de la influenza. La influenza es diferente al resfriado. La influenza puede causar una enfermedad leve a grave, y complicaciones, como la neumonía, que, en ocasiones, pueden provocar la muerte.

ZIKA



Aedes aegypti

La **ENFERMEDAD POR EL VIRUS DEL ZIKA (ZIKA)** es menos frecuente que la influenza. El virus del Zika es el causante del zika. Por lo general, las personas con zika no presentan un cuadro lo suficientemente grave como para ir al hospital, y es muy poco frecuente que se produzca la muerte a causa de esta enfermedad. No obstante, el virus puede provocar graves defectos de nacimiento si una mujer embarazada contrae la enfermedad. El zika también se asocia al síndrome de Guillain-Barré.

CÓMO SE PROPAGAN LOS GÉRMESES DE LA INFLUENZA

La influenza se propaga principalmente, de persona a persona, a través de gotitas que van por el aire, cuando una persona infectada con esta enfermedad tose, estornuda o habla. Los virus también se propagan a través de las superficies, pero esta vía es menos común.

Las personas con influenza pueden propagar el virus antes del inicio de la enfermedad y propagar la influenza durante su enfermedad.



CÓMO SE PROPAGA EL ZIKA

El zika se transmite a las personas, principalmente, a través de la picadura de mosquitos *Aedes aegypti* y *Aedes albopictus* infectados. Estas especies de mosquitos viven en muchas regiones del mundo, incluidas algunas zonas de los Estados Unidos.



EXISTEN, ADEMÁS, OTRAS VÍAS DE TRANSMISIÓN DEL ZIKA



Una mujer embarazada, infectada con el virus del Zika, puede transmitirlo al feto.

Una persona con el virus del Zika puede contagiar a sus parejas sexuales.



El zika también se puede transmitir a través de las transfusiones de sangre.

¿QUIÉNES SE ENFERMAN DE INFLUENZA?

CUALQUIERA puede enfermarse de influenza. Algunas personas, como niños pequeños, adultos mayores, personas con determinadas afecciones de salud y mujeres embarazadas, corren mayor riesgo de sufrir graves complicaciones.

Los virus de la influenza varían constantemente por lo que las personas pueden infectarse con estos virus en múltiples ocasiones a lo largo de su vida.



¿QUIÉNES SE ENFERMAN DE ZIKA?

CUALQUIERA que viva en un área afectada por el zika o viaje a una de ellas y no haya padecido la enfermedad puede infectarse. Los mosquitos que propagan el virus del Zika pican de día y de noche. Cuando una persona se infecta con el virus del Zika, es probable que quede protegida para futuras infecciones por este virus.



SIGNOS Y SÍNTOMAS DE LA INFLUENZA

Los signos y síntomas de la influenza suelen aparecer aproximadamente 2 días después de la exposición. Los síntomas aparecen repentinamente.

| NOVIEMBRE | | | | | | |
|-----------|-----|-----|------|-----|-----|-----|
| DOM | LUN | MAR | MIÉR | JUE | VIÉ | SAB |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |

- Fiebre o sentirse afebrado
- Dolor de cabeza
- Dolores musculares y corporales
- Sentirse muy cansado (fatiga)
- Tos
- Dolor de garganta
- Mucosidad nasal o nariz tapada

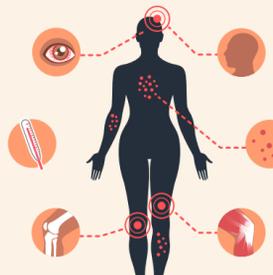


SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL ZIKA

Muchas personas con zika no presentan síntomas, aunque algunas pueden presentar síntomas leves. Para quienes los presentan, los signos del zika suelen aparecer de 3 a 14 días a partir de la exposición. Los síntomas pueden durar de unos días a una semana.

| NOVIEMBRE | | | | | | |
|-----------|-----|-----|------|-----|-----|-----|
| DOM | LUN | MAR | MIÉR | JUE | VIÉ | SAB |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |

- Fiebre
- Sarpullido
- Dolor en las articulaciones
- Ojos enrojecidos
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza



¿CÓMO PUEDO PREVENIR LA INFLUENZA?



VACÚNENSE CONTRA LA INFLUENZA.

PROTÉJASE Y PROTEJA A LOS DEMÁS DE LA INFLUENZA:



Tome medidas preventivas para detener la propagación de los gérmenes. Mantenga limpias sus manos y evite el contacto cercano con personas enfermas.

SI SE ENFERMA:



Si está enfermo, quétese en su casa y no vaya al trabajo o a la escuela para evitar que otras personas se contagien con la influenza.

Y si usted está en un grupo de alto riesgo de padecer una influenza severa, como es el caso de las mujeres embarazadas, y se enferma, consulte a su médico para que se informe acerca de los medicamentos antivirales para esta enfermedad.



¿CÓMO PUEDO PREVENIR EL ZIKA?

NO EXISTE VACUNA PARA PREVENIR EL ZIKA. La prevención del zika es particularmente importante en mujeres embarazadas, a fin de evitar los defectos de nacimiento asociados a esta enfermedad.

EVITE CONTRAER ZIKA MEDIANTE PICADURAS DE MOSQUITOS:

Use un repelente de insectos registrado por la EPA, que contenga uno de los siguientes ingredientes activos: DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol o 2-undecanona.



Use camisas de manga larga y pantalones largos. Trate su ropa y equipos con permetrina o compre artículos ya tratados.



Permanezca en lugares con aire acondicionado y use mallas para ventanas y puertas.

Una vez por semana, vacíe y limpie, voltee, tape o deseche los objetos que acumulan agua, que se hallan dentro y en los alrededores de su vivienda.



EVITE INFECTARSE CON EL ZIKA A TRAVÉS DE LAS RELACIONES SEXUALES, SI USTED O SU PAREJA VIVE EN UN ÁREA CON RIESGO DE ZIKA O HA VIAJADO A ELLA:



Durante el embarazo, las mujeres embarazadas deben usar condón siempre que tengan relaciones sexuales o abstenerse de tener sexo.

En personas que no están embarazadas, el no tener sexo puede eliminar el riesgo de contraer el zika por esta vía y el uso del condón puede reducirlo.



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

Para obtener más información:
espanol.cdc.gov/zika