

# Virus de Zika

---

Esta hoja trata a la exposición al virus de Zika en el embarazo y durante la lactancia. Esta información no deberá usarse como un sustituto del cuidado médico o los consejos de su proveedor 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), de una persona infectada a su feto durante el embarazo, y a través del contacto sangre a sangre con sangre infectada (por transfusión, pinchazo de aguja, o compartir jeringas con una persona infectada). En los EE.UU. la sangre donada es probada para el Zika.

Cuatro de 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 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 o no tiene síntomas, todavía puede pasar el virus a otras personas a través del sexo o a un bebé en desarrollo durante el embarazo.

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

Si aún no está embarazada, se recomienda esperar antes de intentar quedar embarazada después de una exposición al virus conocida o posible. Las mujeres deben esperar al menos 2 meses y los hombres deben esperar al menos 3 meses, incluso si no tienen síntomas. Durante estos tiempos de espera, todos deben usar métodos de barrera (como condones) y anticonceptivos efectivos para prevenir el embarazo y proteger a sus parejas sexuales del virus.

Si está embarazada, evite viajar a áreas donde hay brotes conocidos de Zika (áreas rojas en el mapa de Zika de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades [CDC]), y considere cuidadosamente los riesgos de Zika antes de viajar a áreas donde puede haber una posibilidad de infección (áreas púrpuras en el mapa): <https://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-information>. Si viaja a un área con posibilidades de Zika, ayude a prevenir las picaduras de mosquitos usando repelente de insectos y tomando otras precauciones recomendadas por los CDC en <https://www.cdc.gov/zika/es/prevention/prevent-mosquito-bites.html>. MotherToBaby tiene hojas informativas para repelentes de insectos en <https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/repelente-de-insectos/> y para DEET en <https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/deet-nn-ethyl-m-toluamide/>.

Si está embarazada, evite tener relaciones sexuales con una pareja que pueda tener el virus, o use un método de barrera como un condón cada vez para el sexo vaginal, anal u oral, durante **el resto del embarazo**.

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

El aborto espontáneo puede ocurrir en cualquier embarazo. Una infección por Zika en el embarazo puede aumentar la posibilidad 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 bebé en desarrollo. Si esto ocurre, el bebé 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, convulsiones, 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?***

Además de los defectos de nacimiento y otros problemas relacionados con CZS, una infección por Zika en el embarazo puede aumentar la probabilidad de mortinato, parto prematuro (nacimiento antes de la semana 37), y efectos en el crecimiento del bebé, incluyendo ser más pequeño de lo esperado para el momento del embarazo (pequeño para la edad gestacional) y tener bajo peso al nacer (pesando 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 defectos de nacimiento notables asociados con el Zika o microcefalia postnatal, todavía existe la posibilidad de que más tarde pueda tener problemas relacionados con el daño cerebral, incluidos los retrasos en el cumplimiento de sus hitos del desarrollo. A medida que crecen, los niños afectados por el Zika necesitarán atención especializada continua de muchos tipos de proveedores de atención de salud y cuidadores.

### ***¿Puedo hacerme una prueba de Zika en vez de esperar para embarazarme o usar condones?***

No se recomienda hacerse pruebas de Zika para saber cuando es buen tiempo para quedar embarazada o si puede pasar el virus a su pareja mediante el sexo. Actualmente, no hay manera para probar el semen para el Zika. Las personas con una exposición conocida o sospechada al virus deberían esperar el tiempo recomendado antes de tratar de quedar embarazada (2 meses para mujeres and 3 meses para hombres), y los hombres con parejas sexuales embarazadas deberían continuar a usar condones por la duración del embarazo, aun si reciben un resultado negativo de la prueba de sangre para Zika.

### ***El amamantamiento 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. 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 la lactancia. Hable con su proveedor de atención médica acerca de cualquier pregunta sobre la lactancia.

### ***Si un hombre tiene el virus de Zika, ¿puede afectar la fertilidad (habilidad de embarazar a la pareja) o aumentar la posibilidad 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. Se necesita más investigación para conocer los efectos a largo plazo de una infección por Zika en la fertilidad de un hombre.

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 usar condones y esperar al menos 3 meses antes de tratar de concebir un embarazo, incluso si no tienen síntomas.

Para obtener más información, por favor consulte la hoja informativa de MotherToBaby Las exposiciones paternas y el embarazo 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). *OTIS/MotherToBaby fomenta el lenguaje inclusivo y centrado en la persona. Si bien nuestro nombre todavía contiene una referencia a las madres, estamos actualizando nuestros recursos con términos más inclusivos. El uso del término madre o materna se refiere a una persona que está embarazada. El uso del término padre o paterno se refiere a una persona que contribuye esperma.* Copyright de OTIS, diciembre 21, 2021.