

Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por el virus Zika

18.03.2016

¿Qué es la enfermedad por virus Zika y cómo se transmite?

El zika es una enfermedad vírica que se transmite fundamentalmente por la **picadura de mosquitos** infectados del género *Aedes*. El mosquito, al picar a una persona con Zika, se infecta y puede transmitir la infección cuando pica a otra persona.

Se trata del mismo mosquito que transmite otras enfermedades como son el Dengue y el Chikungunya.

Aunque mucho menos importantes, también hay evidencia de otras posibles formas de transmisión: por **vía sexual**, por **transfusiones sanguíneas** y, en el embarazo, **de la madre al feto**.

¿Cuáles son los síntomas y cuándo aparecen?

Los síntomas más comunes son fiebre baja o moderada, sarpullido en la piel, conjuntivitis, dolor muscular y articular, cansancio y dolor de cabeza. Estos síntomas aparecen entre **3 y 12 días** después de infectarse.

¿Se trata de una enfermedad grave?

La enfermedad, por lo general, es **leve** y se estima que en un 75-80% de los casos no da síntomas por lo que pasaría inadvertida.

¿La enfermedad por virus Zika puede generar complicaciones?

Aunque aún está en investigación y parece que sería muy poco frecuente, se sospecha que en algunos casos infectados por virus Zika pueden producirse síndromes neurológicos.

También, aunque la mayoría de las mujeres embarazadas que han tenido Zika dan a luz a bebés sanos, se está estudiando la asociación entre malformaciones neurológicas en recién nacidos, y en particular de microcefalia (perímetro cefálico al nacimiento menor de lo normal), y una infección de la madre por virus Zika durante el embarazo.

¿Dónde se puede contraer la enfermedad por virus Zika?

El virus circula en África, América, Asia y Pacífico. Desde febrero de 2015 se está produciendo un importante brote en muchos países de América Latina y Caribe. Ver lista actualizada en:

http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/zika_virus_infection/zika-outbreak/Pages/Zika-countries-with-transmission.aspx

¿Es posible infectarse con el virus Zika en España?

En la actualidad en España, solamente se ha detectado la enfermedad por virus Zika en personas que vienen infectadas de países donde hay transmisión del virus (casos importados). La experiencia con otras enfermedades producidas por virus similares y con los mismos mecanismos de transmisión indica que, aunque no es imposible, es **poco probable** infectarse en nuestro país por el virus (transmisión autóctona).

¿Cuál es el riesgo de que la enfermedad llegue a España?

En nuestro país se están identificando casos importados en viajeros procedentes de las zonas epidémicas en América Latina y el Caribe. El riesgo de que la enfermedad se transmita en nuestro país depende fundamentalmente de la presencia de mosquitos que puedan transmitir la enfermedad. En España existe un tipo de mosquito del género *Aedes* (el mosquito tigre) que podría transmitir el virus Zika si se infecta al picar a una persona infectada previamente.

En Europa se ha detectado la presencia de mosquito tigre en 20 países. En España se encuentra, principalmente, en áreas de la costa mediterránea.

El riesgo de transmisión autóctona se centra, por tanto, en las zonas geográficas donde el mosquito está presente y existirá más riesgo cuando se den temperaturas más altas, normalmente coincidiendo con los meses de verano.

¿Quiénes están en riesgo de contraer la enfermedad por virus Zika?

Fundamentalmente las personas que viajen a zonas donde hay transmisión por virus Zika.

¿Qué grupos de población se consideran de mayor riesgo?

1. Embarazadas, debido a la posible asociación de la enfermedad por virus Zika con malformaciones neurológicas, sobre todo microcefalia, en recién nacidos.
2. Personas con enfermedades del sistema inmune o crónicas.

¿CÓMO PROTEGERSE?

¿Qué medidas se deben tomar para prevenir la infección por el virus Zika?

Las principales medidas de prevención se dirigen a **evitar las picaduras de mosquito** (de esta forma también se pueden prevenir otras enfermedades que se transmiten por estos mosquitos como el Dengue o Chikungunya):

El mosquito pica principalmente durante el día y preferentemente fuera de las viviendas, por eso, para evitar las picaduras de mosquito:

- Intentar cubrir la mayor parte del cuerpo utilizando pantalones largos y camisas de manga larga (mejor de colores claros), calcetines y calzado cerrado.
- Utilizar repelentes de mosquitos con DEET (Dietiltoluamida), Icaridina, IR3535 o Citriodiol sobre la piel que queda expuesta, siguiendo las indicaciones del etiquetado y/o prospecto del producto antes de su aplicación.
- En España, los productos repelentes a utilizar tienen que estar autorizados por el Ministerio de Sanidad (en la etiqueta deberá figurar el número de autorización).
- En menores de dos meses, emplear siempre barreras físicas como mosquiteras para cubrir las cunas y los carritos de los bebés, y evitar el uso de repelentes. En mayores de dos meses, priorizar también las barreras físicas y en caso de usar repelentes, se aconseja especialmente consultar las recomendaciones del fabricante.
- Es conveniente utilizar el aire acondicionado siempre que sea posible porque hace más difícil que haya mosquitos.
- No abrir las ventanas si no hay mosquiteras en buen estado.
- En ambientes domésticos, una medida adicional de protección es utilizar insecticidas.

No existe una vacuna para el virus Zika.

¿Qué se recomienda a las mujeres embarazadas o que prevean quedarse embarazadas que viajen a las zonas afectadas?

Se aconseja a las mujeres embarazadas en cualquier momento de la gestación, o aquellas que tengan intención de quedarse embarazadas, posponer los viajes no esenciales a zonas con transmisión autóctona de virus Zika.

En caso de que no sea posible retrasar el viaje, las embarazadas y las mujeres en edad reproductiva deben seguir las mismas recomendaciones de protección individual para cualquier viajero, extremando las medidas para evitar las picaduras de mosquitos.

¿Qué otras precauciones se deben adoptar?

Además de la transmisión por picaduras de mosquitos infectados, se han descrito algunos casos puntuales de transmisión tras mantener relaciones sexuales con hombres infectados. Con el fin de

minimizar la posibilidad de transmitir la infección a una mujer embarazada o que planea estarlo, se recomienda que los hombres utilicen preservativo en sus relaciones sexuales:

- Durante 28 días después del regreso de un área con transmisión activa de Zika si no han tenido ningún síntoma, ya que en la mayoría de los casos la infección puede pasar inadvertida.
- Durante 6 meses desde la recuperación, si se ha tenido una infección por el virus Zika confirmada por laboratorio.
- Si su pareja está embarazada, hasta el final del embarazo.

¿Qué tiempo debería esperar una mujer para quedarse embarazada tras regresar de una zona afectada?

Todavía no se conoce en detalle el tiempo en que el virus Zika está presente en personas infectadas que no presentan síntomas (hasta el 80% de los infectados). A la espera de obtener esta información y por precaución, se recomienda a las mujeres que deseen quedarse embarazadas esperar 28 días desde el regreso o si presentan síntomas 28 días desde su total recuperación.

¿Qué otras personas deben intensificar las precauciones a la hora de planificar un viaje a un país afectado de Zika?

Los viajeros con trastornos del sistema inmune y enfermedades crónicas graves deben consultar a su médico y asesorarse sobre las medidas de prevención.

MEDIDAS PARA REDUCIR LA POBLACIÓN DE MOSQUITOS

El mosquito tigre cría en zonas húmedas y depósitos de agua estancada y requiere de muy poca cantidad de agua para depositar sus huevos.

Por ello, cualquier lugar donde se acumulan o pueden acumularse cantidades pequeñas de agua puede ser un foco de cría del mosquito.

¿Qué medidas se toman en las zonas dónde está presente el mosquito?

Las administraciones públicas de las zonas en las que se ha detectado la presencia del mosquito ya han puesto en marcha medidas para el control del mismo. Sin embargo, por las características de este mosquito, es necesario que la población se implique para evitar la cría en espacios privados.

¿Cómo puedo contribuir al control del mosquito?

Además de las medidas que se adopten por las administraciones, los ciudadanos pueden jugar un papel importante en el control tomando medidas proactivas para evitar focos de cría del mosquito. Estas acciones son especialmente importantes en las zonas donde se ha establecido el mosquito tigre:

- Evitar el acúmulo de agua y limpiar, en la medida de lo posible recipientes, platos de macetas, sifones, fuentes ornamentales, piscinas abandonadas, charcos en el césped o cualquier otro lugar donde pueda acumularse agua estancada.
- Proteger los pozos y aljibes
- Vigilar el riego por goteo
- Renovar y limpiar cada 2 ó 3 días el agua de los bebederos de los animales
- Echar agua en los sumideros al menos una vez por semana

INFORMACIÓN DE UTILIDAD SOBRE REPELENTES E INSECTICIDAS

Para protegerse de las enfermedades transmitidas por mosquitos, además del uso de repelentes, se deben adoptar otras medidas que protejan de la picadura como vestir de manera que minimicemos las zonas del cuerpo expuestas a la picadura, evitar los colores llamativos que atraen a los mosquitos, en especial el amarillo, los perfumes intensos, usar el aire acondicionado cuando sea posible, instalar mosquiteras en puertas y ventanas y si es posible en la cama para dormir. En ambientes domésticos, una medida adicional es utilizar insecticidas.

¿Qué repelentes de insectos puedo usar para protegerme?

Utilizar únicamente productos autorizados, leer bien la etiqueta al adquirir el producto y seguir siempre las instrucciones de aplicación.

Existen también mosquiteras, camisetas u otras prendas tratadas con repelentes o insecticidas que pueden ser útiles aunque van perdiendo eficacia con los lavados.

¿Qué debo tener en cuenta al usar repelentes de insectos?

Los repelentes deben estar autorizados o registrados por la autoridad competente; en España por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios o Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación, según el caso).

Se debe tener en cuenta que la duración del efecto varía mucho dependiendo del repelente que se utilice (principio activo, concentración o formulación), de la temperatura ambiente, la sudoración, la exposición al agua o el uso de cremas fotoprotectoras.

Lo principal es seguir siempre las indicaciones de aplicación de la etiqueta o el prospecto del producto.

¿Cómo utilizo el repelente?

Lee y respeta siempre las indicaciones que figuran en la etiqueta y/o prospecto del producto. En general, las recomendaciones a seguir para su aplicación son:

- Usar los productos durante los períodos en que pican los insectos y repetir la aplicación solamente si así se indica en la etiqueta del producto.

- Evitar el contacto con mucosas, párpados o labios. Tampoco se debe aplicar sobre heridas, piel sensible, quemada por el sol o dañada ni sobre pliegues profundos de la piel (axilas, ingles, etc.)
- No utilizar la presentación en spray directamente sobre la cara. Aplicarlo en las manos y después distribuirlo en el rostro.
- En el caso de utilizar protectores solares, poner estos en primer lugar y dejar pasar al menos 30 minutos para posteriormente aplicar el repelente.
- Los repelentes con atomizador es preferible aplicarlos en ambientes abiertos, para evitar la inhalación del producto
- No aplicar el spray o atomizador cerca de alimentos.
- Lavarse las manos siempre después de su aplicación.
- Cuando ya no sea necesaria la protección, lavar las zonas del cuerpo donde se haya aplicado repelente con jabón y agua.
- Guardar el repelente fuera del alcance de los menores.

¿Existen recomendaciones específicas para el uso de repelentes en menores?

En menores, siempre que sea posible, es mejor utilizar mosquiteras u otras barreras físicas y usar vestimenta que proteja la piel, además de evitar zonas en las que hay mosquitos. Si fuera necesario usar repelentes porque el riesgo de picadura por mosquito infectado es muy alto, consultar el etiquetado y/o el prospecto del producto antes de su aplicación para valorar qué producto es el más adecuado y cómo utilizarlo; es mejor que sea aplicado siempre por un adulto o bajo su supervisión.

No aplicar nunca en niños menores de dos meses. En caso de utilizarlos en niños mayores de dos meses, se deberá consultar el etiquetado y/o prospecto del producto antes de su aplicación.

¿Qué es un producto insecticida y cómo lo puedo utilizar?

Los insecticidas actúan matando al mosquito mientras que los repelentes de insectos protegen de las picaduras de los insectos mediante el empleo de sustancias químicas pero no los matan.

En su utilización es importante seguir las indicaciones que figura en la etiqueta del producto y **NO UTILIZAR NUNCA SOBRE LA PIEL.**

¿Qué debo hacer si tengo síntomas?

Si comienzas con fiebre, sarpullido en la piel, conjuntivitis, dolor muscular y articular, cansancio y dolor de cabeza y estás en una zona donde hay casos de Zika o has estado hace menos de 15 días, debes acudir a tu centro de salud para que te valoren e informar al profesional de tu reciente viaje.

El profesional sanitario te informará de las medidas y tratamiento que debes seguir y de cómo proceder para realizar las pruebas de confirmación de enfermedad por virus Zika.

Asimismo, en una zona donde se haya identificado mosquito tigre, se deben tomar precauciones para evitar picaduras, usando repelentes y otras medidas, principalmente de barrera, para reducir la posibilidad de transmisión del virus a otras personas.

RECUERDA QUE, EN LA MAYORÍA DE LOS CASOS, LA INFECCIÓN POR VIRUS ZIKA ES UNA ENFERMEDAD LEVE. Los síntomas suelen durar entre 2 y 7 días y por lo general se resuelven sin secuelas.

¿Cómo se puede diagnosticar el Zika?

Se sospecha que una persona pueda tener infección por Zika cuando aparecen los síntomas antes mencionados y existe el antecedente de haber viajado a una zona de riesgo en los 15 días anteriores. Ante la sospecha de infección por virus Zika tu médico te informará de las pruebas diagnósticas a realizar.

¿Cuál es el tratamiento?

No existe un tratamiento específico para tratar la infección por este virus.

El tratamiento consiste en aliviar el dolor y la fiebre o cualquier otro síntoma que cause molestias.

Se suelen utilizar analgésicos habituales como el paracetamol. No tomar ácido acetil salicílico dado que los síntomas son muy parecidos a otras enfermedades como el Dengue en las que está contraindicado su uso, en este caso también es mejor evitarlo.

Es recomendable hacer reposo y mantener una buena hidratación.

¿Qué debe hacer una embarazada que tenga o haya tenido síntomas de enfermedad por virus Zika?

Deberá acudir a su ginecólogo para que aplique el “Protocolo de actuación ante embarazadas procedentes de zonas de transmisión autóctona de virus Zika” elaborado por el Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad conjuntamente con la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia.

¿Qué consideraciones especiales deben de tener los hombres que regresen de zonas con transmisión de virus Zika?

Con el fin de minimizar la posibilidad de transmitir la infección a una mujer embarazada o que planea estarlo, se recomienda que utilicen preservativo en sus relaciones sexuales:

- Durante 28 días después del regreso de un área con transmisión activa de Zika si no han tenido ningún síntoma, ya que en la mayoría de los casos la infección puede pasar inadvertida.

- Durante 6 meses desde la recuperación, si se ha tenido la enfermedad por el virus Zika confirmada por laboratorio.
- Si su pareja está embarazada, hasta el final del embarazo.

¿Puedo donar sangre si he estado en una zona de riesgo de transmisión de virus Zika?

Sí, puede donar sangre, pero se recomienda no hacerlo hasta que hayan pasado 28 días desde el regreso de una zona afectada, como medida cautelar temporal.

¿Puedo donar sangre si he tenido la enfermedad por virus Zika?

Sí, puede donar sangre, pero debe dejar pasar 28 días desde que desaparezcan los síntomas de la enfermedad.

¿QUÉ MEDIDAS SE ESTÁN TOMANDO DESDE EL MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD?

- Mantiene permanentemente actualizada la evaluación de riesgo de transmisión de enfermedad por el virus Zika en España dirigida a los profesionales del Sistema Sanitario.
- Ha elaborado un protocolo de vigilancia de la enfermedad por virus Zika y de la enfermedad por virus Zika congénito, en colaboración con el Instituto de Salud Carlos III y las Comunidades Autónomas.
- Ha elaborado un protocolo de actuación en embarazadas procedentes de zonas con transmisión autóctona de virus Zika, conjuntamente con la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia (SEGO).
- Mantiene informados y formula las recomendaciones oportunas a los Centros de Transfusión.
- Participa en la vigilancia de la expansión del mosquito tigre en el territorio nacional.
- Elabora, en colaboración con las CCAA, y contando con expertos y representantes de Sociedades Científicas, un Plan Nacional de Preparación y Respuesta ante enfermedades transmitidas por vectores.
- Emite las recomendaciones de prevención dirigidas a los viajeros internacionales.