

Incluso si no se siente enfermo, los viajeros que regresen a Nueva Jersey desde un área donde hay enfermedades transmitidas por mosquitos, deben tomar medidas al regresar a sus hogares para evitar la propagación de enfermedades. Si viajó a un área con Zika, chikungunya, dengue, malaria, fiebre amarilla o cualquier otra enfermedad transmitida por mosquitos, **al regresar a su casa realice un seguimiento de la duración y los síntomas que pudiera presentar.**

Para obtener más información sobre enfermedades transmitidas por mosquitos, y una lista de mapas y áreas afectadas, visite: www.cdc.gov/features/stopmosquitoes y wwwnc.cdc.gov/travel/notices.

✓ Evite las picaduras de mosquitos durante 3 semanas

Vacíe / cambie semanalmente el agua estancada que se encuentra al aire libre



Use pantallas antimosquitos en las ventanas y puertas

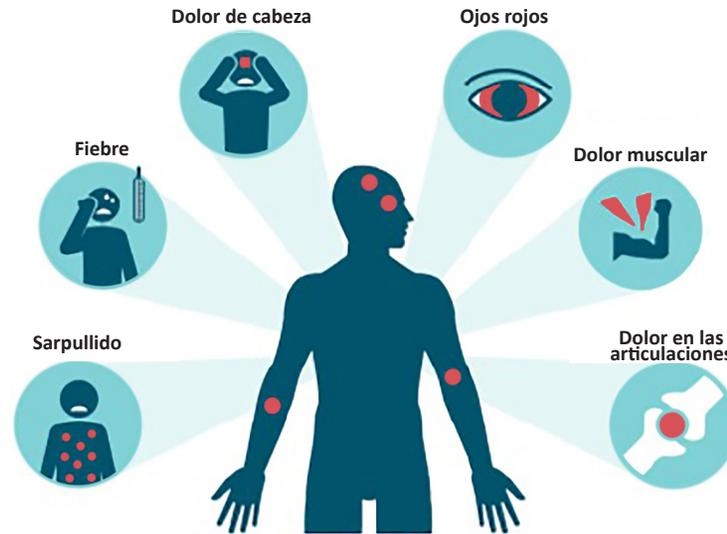


Use camisas y pantalones de manga larga



Aplíquese repelente de insectos registrado por EPA

✓ Chequee si tiene síntomas de enfermedad



✓ ¿Se siente enfermo? Busque atención médica

Llame a un proveedor de atención médica y mencione que estuvo de viaje



Descanse



Beba agua y manténgase hidratado



Hágase las pruebas médicas según los síntomas o el riesgo de haberse enfermado.

Evitar las picaduras de mosquitos en el hogar ayuda a reducir la propagación de enfermedades a los mosquitos locales de NJ que pudieran infectar a otras personas.

Los síntomas comunes de las enfermedades transmitidas por mosquitos incluyen fiebre, dolor en las articulaciones, dolor muscular, erupción cutánea y conjuntivitis (ojos rojos).

Si se siente enfermo después de viajar, visite a un proveedor de atención médica de inmediato, mencione dónde viajó recientemente y hágase las pruebas necesarias.



Precauciones especiales si viajó a un área con el virus del Zika

La información para los viajeros sobre el Zika está disponible en:

wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-information

- Si está embarazada, analice su historial de viajes, el riesgo de haber contraído el virus del Zika y las opciones de exámenes médicos con un proveedor de atención médica tan pronto como pueda después de regresar del viaje.
- El zika se puede transmitir a través de relaciones sexuales sin protección (sexo vaginal, anal y oral, y el intercambio de juguetes sexuales), incluso si la persona infectada no tiene síntomas
- La infección por el virus del Zika durante el embarazo puede causar defectos de nacimiento
- Discuta los planes de embarazo y las opciones de control de natalidad con un proveedor de atención médica



Proteja a su pareja

Use condones y no comparta juguetes sexuales para reducir las posibilidades de contagiar de Zika a su pareja a través de relaciones sexuales sin protección.



Proteja a su bebé en gestación

Si su pareja está embarazada, use condones correctamente durante el acto sexual o no tenga relaciones sexuales durante todo el embarazo.



Esperar para quedar embarazada

Hombres: use condones o no tenga relaciones sexuales durante 3 meses después del viaje.
Mujeres: use condones o no tenga relaciones sexuales durante 2 meses después del viaje.