

Virus Zika ¿Como prevenirlo?

Categories : [Epidemias y Salud](#)

Tagged as : [Guillain-Barré](#), [microcefalia](#), [virus zikazika](#)

Date : 31 enero, 2016

Virus Zika ¿Como prevenirlo?

7 cosas que puedes hacer para protegerte del virus zika:

Todavía no existe una vacuna para prevenir la infección. El virus zika, normalmente causa una infección leve, pero se asocia con dos problemas graves de salud: Algunos casos del síndrome de Guillain-Barré y el nacimiento con microcefalia en casi 4.000 hijos de madres infectadas, solamente en Brasil.

¿qué podemos hacer para protegernos?

1º.- Aplicar repelente para evitar las picaduras del mosquito trasmisor,

se recomiendan cubrir la piel expuesta con repelentes que tengan ingredientes aprobados como N,N-Dietil-meta-toluamida, conocido como DEET, o picaridina.

Los CDC señalan que los repelentes de insectos que contienen DEET, picaridina e IR3535 son seguros para las mujeres embarazadas y las que están amamantando, así como para niños mayores de dos meses.

Los repelentes deben aplicarse con frecuencia e inmediatamente si se detectan los insectos. Es preciso seguir con cuidado las instrucciones y aplicar el repelente luego del protector solar, no antes, ya que éste último puede disminuir la eficacia del producto.

2º.-Usar camisas de manga larga y pantalones largos,

la ropa debe ser lo suficientemente gruesa para evitar que los mosquitos piquen a través de ella.

3º.- Dotar el hogar dispositivos anti mosquitos.

puertas cerradas, ventanas selladas o mosquiteros, dispositivos eléctricos anti mosquitos. Durante la noche, una red mosquitera sobre la cama provee de una protección adicional.

4º.- Cuidado con el agua estancada y las macetas,

ya que sus criaderos por excelencia son los depósitos de agua estancada.

Se clasifica como agua estancada: los charcos, baldes, floreros, platos de agua o comida de animales, jaulas y macetas de plantas.

Se recomiendan limpiar esos recipientes varias veces a la semana y cubrir piscinas y tanques de agua, a menos que hayan sido tratados con cloro.

5º.- Cerrar herméticamente la basura,

ya que los depósitos de residuos y basureros también pueden convertirse en criaderos. Los neumáticos viejos y materiales de construcción al descubierto deben ser debidamente almacenados ya que también pueden albergar larvas.

6º.- Evitar viajar a América Latina y el Caribe,

en especial las mujeres embarazadas.

7º.- Prevenir más transmisiones entre humanos,

ya que el virus en la sangre puede pasar de una persona a otras, puede transmitirse a través del acto sexual, o por la saliva u otros fluidos corporales.

Se recomienda la lectura de:

<http://hercolubus.es/wordpress/la-muerte-3/>

<http://hercolubus.es/viaje-astral/>

Siganos en:

<https://www.facebook.com/hercolubuss/>

<https://plus.google.com/u/0/b/108140657995808885150/+HercolubusEs/posts>

<https://twitter.com/infohercolubus>

Comparte esto:

- [Haz clic para compartir en Twitter \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
- [Haz clic para compartir en Facebook \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
- [Haz clic para compartir en Google+ \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
- [Haz clic para compartir en WhatsApp \(Se abre en una ventana nueva\)](#)
-

Related posts:

1. [VIRUS ZIKA SE EXPANDE DE MANERA EXPLOSIVA](#)