

# ORIENTACIÓN ANTES DE LA CONCEPCIÓN

Para hombres y mujeres que viven en áreas con transmisión actual del virus del Zika y desean concebir



Esta guía describe las recomendaciones para orientar a los hombres y mujeres que viven en áreas con zika y desean concebir y no han presentado un cuadro clínico consistente con la enfermedad por el virus del Zika. Este material incluye las recomendaciones de las directrices actualizadas de los CDC<sup>1</sup>, las principales preguntas a hacerles a los pacientes y guiones de muestra para analizar las recomendaciones y los temas previos a la concepción. Como buena parte del contenido sirve de base para el análisis, se incluyen preguntas en el guión de muestra para garantizar que los pacientes comprendan lo que se les dice.

Recomendación	Tema clave	Preguntas a realizar	Guión de muestra
<b>Evaluar las intenciones de embarazo</b>	Introducir la importancia de la planificación del embarazo	<i>¿Ha estado pensando en tener un bebé?</i> <i>¿Desearía quedar embarazada el próximo año?</i> <i>¿Utiliza, en estos momentos, algún tipo de anticonceptivo?</i>	Si está pensando en tener un bebé, nos gustaría ayudarle a que su embarazo sea saludable y seguro. Con el brote del virus del Zika, la planificación del embarazo es más importante que nunca. Preparar y planificar un embarazo saludable significa estar lo más sana posible antes de quedar embarazada y tomarse el tiempo para aprender el mejor modo de cuidarse durante el embarazo.
<b>Evaluar el riesgo de exposición al virus del Zika</b>	Entorno  Medidas personales para evitar las picaduras de mosquitos	<i>¿Tiene aire acondicionado en su hogar? ¿Y en el trabajo?</i> <i>¿Tiene mosquiteros para ventanas y puertas en su hogar? ¿Y en el trabajo?</i> <i>¿Tiene mosquitero? ¿Considera la posibilidad de usar uno? ¿Vive en un área donde abundan los mosquitos?</i>  <i>¿Está dispuesto a utilizar ropas que le cubran la piel, como pantalones largos y camisas de mangas largas?</i> <i>¿Moja o rocía su ropa con permetrina o usa ropa tratada con permetrina (específicamente, ropa tratada para mantener alejados a los mosquitos)?<sup>2</sup></i> <i>¿Usa repelente de insectos durante el día y la noche?</i> <i>¿Con qué frecuencia se lo vuelve a aplicar? ¿Sigue las indicaciones que aparecen en la etiqueta?</i> <i>¿Tiene agua estancada cerca o alrededor de su hogar o lugar de trabajo?</i> <i>¿Vacía el agua estancada que encuentra cerca de su hogar?</i>	La mejor forma de prevenir el zika es evitando las picaduras de mosquitos. Para protegerse en el hogar y en el trabajo, utilice aire acondicionado siempre que sea posible. Coloque mosquiteros para ventanas y puertas y tape cualquier orificio para que los mosquitos no puedan entrar. Duerma bajo un mosquitero, si no hay aire acondicionado o tenga mosquiteros en ventanas y puertas. Como vive en un área de transmisión del zika, usted está en riesgo de infectarse con este virus. Es importante que analicemos el momento de quedar embarazada y las vías para evitar la infección cuando ya lo esté. <b>Comprobación de conocimientos:</b> ¿Cuáles son algunas de las vías para protegerse en el hogar y en el trabajo?  Ahora y durante el embarazo, usted y su pareja deben tomar importantes medidas para protegerse de la enfermedad del Zika. El uso de camisas de mangas largas y pantalones largos protege sus brazos y piernas. Tratar la ropa con permetrina aumenta la protección, pero no utilice la permetrina directamente sobre la piel. Use repelentes de insectos registrados por la EPA, que contengan uno de los siguientes ingredientes: DEET, picaridina, IR3535, o aceite de eucalipto de limón. Estos repelentes de insectos se pueden utilizar durante el embarazo. Siga siempre las instrucciones de la etiqueta del producto y úselo como se indica. Esto incluye volver a aplicarlo a lo largo del día, según las indicaciones que aparecen en la etiqueta del producto. Ayude a reducir el número de mosquitos que hay alrededor de su hogar vaciando periódicamente los floreros con agua, las canales, los cubos, las cubiertas de piscinas, los recipientes de agua de las mascotas, los neumáticos abandonados y los bañaderos de pájaros. <b>Comprobación de conocimientos:</b> ¿Cuáles serían las medidas para protegerse de las picaduras de mosquitos?
	Medidas personales para evitar la transmisión sexual	<i>¿Cuando quede embarazada, ¿usted y su pareja prefieren usar condón o no tener relaciones sexuales durante el período de gestación?</i>	El virus del Zika también se puede transmitir a través del contacto sexual. A su pareja le puede picar un mosquito e infectarse con el zika y entonces podría infectarla a usted. La mayoría de las personas que se infectan con el virus del Zika no se sienten enfermas, por lo que su pareja pudiera no presentar síntomas de la enfermedad. Mientras esté tratando de quedar embarazada, es importante que ambos se protejan de las picaduras de mosquitos. Una vez compruebe que está embarazada, usted y su pareja deben usar condón correctamente, siempre que tengan relaciones sexuales vaginales, anales u orales (boca a pene), o deben evitar tener contacto sexual durante el embarazo. <b>Comprobación de conocimientos:</b> ¿Cómo puede protegerse de la transmisión sexual?

## Referencias:

1. Petersen EE, Polen K, Meaney-Delman D, et al. Update: Interim Guidance for Health Care Providers Caring for Women of Reproductive Age with Possible Zika Virus Exposure—United States, 2016. MMWR. 2016.

2. En algunos lugares, como en Puerto Rico, existe una resistencia extendida a la permetrina y no debe utilizarse.

## Recomendación

## Tema clave

## Preguntas a realizar

## Guión de muestra

### Analizar la infección por el virus del Zika durante el embarazo

Signos y síntomas de la enfermedad por el virus del Zika

*¿Sabe cuáles son los signos y síntomas del zika?  
¿Sabe cuándo debe consultar a un médico u otro proveedor de atención médica si piensa que puede estar infectado?*

La mayoría de las personas con zika no sabe que padece la enfermedad. Pero las personas que sí tienen síntomas, generalmente presentan un cuadro leve con fiebre, sarpullido, dolor en las articulaciones u ojos enrojecidos. Por lo general, la enfermedad dura aproximadamente una semana. Si durante el embarazo se enferma y presenta síntomas, debe consultar a su proveedor de atención médica para que le haga las pruebas de inmediato. Como usted vive en un área con zika, le haremos las pruebas en su primera consulta de cuidado prenatal y también podemos hacerle pruebas durante el segundo trimestre para ayudar a detectar cualquier signo de infección.  
**Comprobación de conocimientos:** ¿Cuáles son los signos y síntomas del zika? ¿Qué debe hacer si cree que puede estar infectado?

Posibles consecuencias adversas de la infección por el virus del Zika durante el embarazo

*¿Ha oído hablar acerca del zika? ¿Sabe cuáles son los riesgos de infectarse con el zika durante el embarazo?  
¿Sabe por qué es tan importante que evite las picaduras de mosquitos y se proteja al tener relaciones sexuales?*

En el caso de las mujeres embarazadas, la preocupación es que el virus del Zika pueda transmitirse al feto durante el embarazo o en fecha cercana al parto. La infección por el virus del Zika durante el embarazo se ha asociado a una malformación congénita denominada microcefalia, y a otros problemas relacionados con el desarrollo del cerebro. Los niños con microcefalia generalmente presentan graves problemas de desarrollo y pueden tener otros problemas neurológicos, como convulsiones. Otros problemas que se han observado en las embarazadas con el virus del Zika son aborto, muerte fetal y otros pronósticos de salud desfavorables, incluidos los trastornos en la visión de los bebés. Por esta razón es tan importante que se proteja durante el embarazo.  
**Comprobación de conocimientos:** ¿Por qué es importante que se proteja durante el embarazo?

### Estudiar el plan de vida reproductiva

No se ha precisado la duración del brote

Hablar acerca de la importancia de considerar y diseñar un plan

*¿Cuántos años tiene?  
¿Ha estado embarazada o tenido hijos?  
¿A qué edad desea comenzar a tener hijos y dejar de tenerlos? ¿Cuántos hijos desea tener?  
¿Cómo encajaría un embarazo en su vida en estos momentos (p. ej., en la escuela, el trabajo)?  
Para obtener más información a tener en cuenta, visite <http://www.cdc.gov/preconception/documents/reproductivelifeplan-worksheet.pdf>*

Aún se desconocen muchos detalles acerca del zika. No sabemos cuánto tiempo durará este brote, por lo que es realmente importante que se mantenga protegida durante el embarazo. Los científicos están trabajando para crear una vacuna que proteja a las personas de la enfermedad del Zika.

Existen muchos factores a tomar en consideración cuando decide quedar embarazada. Me gustaría ayudarle a alcanzar sus metas de formar una familia. Esto incluye ayudarle a evitar un embarazo cuando no lo desee y ayudarle a tener un embarazo seguro, sin complicaciones, cuando esté lista para tener hijos.

### Analizar con la mujer y su pareja los riesgos y beneficios de un embarazo en estos momentos.

*¿Cuál es su opinión acerca de lo que hemos analizado?  
¿Tiene alguna pregunta?  
¿Existe alguna otra información que deba saber en estos momentos para ayudarle con la planificación familiar o a tomar una decisión?*

Debido a los riesgos del zika en las mujeres embarazadas y sus bebés, debemos considerar si este es el momento indicado para quedar embarazada. Es una decisión muy personal. Quiero que sepa que estoy aquí para ayudarle y para responder sus preguntas. Podemos hablar de esto más detalladamente, si tiene otras preguntas o si se dispone de nueva información sobre el zika.

### Si el embarazo no es deseado en estos momentos, analizar las opciones de anticonceptivos.

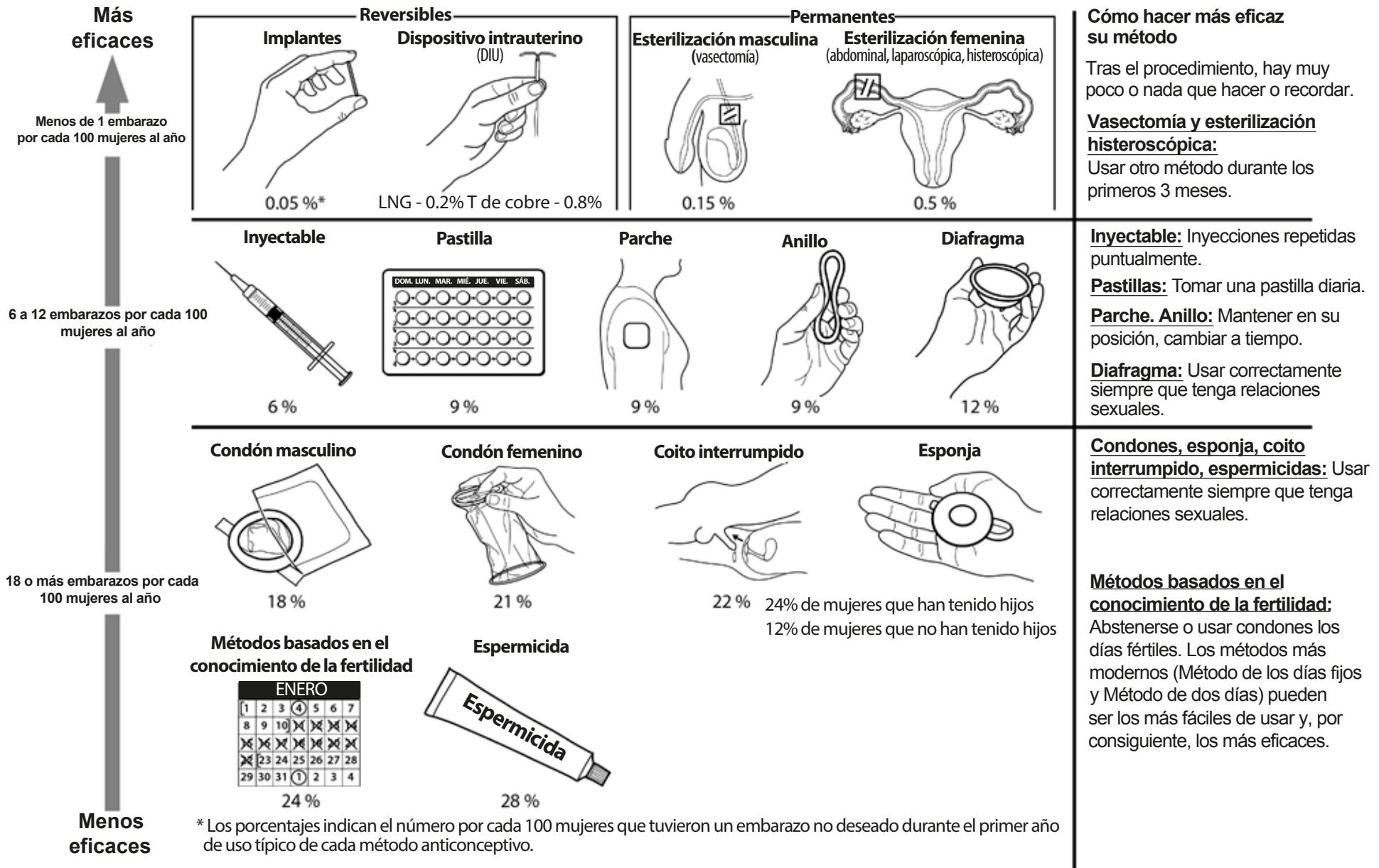
Anticoncepción

*¿Utiliza, en estos momentos, algún método anticonceptivo?  
¿Qué tipo de método anticonceptivo prefiere?*

Si decide que este no es el momento indicado para tener un bebé, puedo ayudarle a encontrar el método anticonceptivo que sea seguro, eficaz y que funcione para usted y su estilo de vida. Busquemos juntos la opción más eficaz para usted y su pareja.

*(Consulte el gráfico de la página siguiente para obtener más información.)*

# Eficacia de los métodos de planificación familiar



CS 264514 25 de marzo de 2016

**LOS CONDOMES DEBEN UTILIZARSE SIEMPRE PARA REDUCIR EL RIESGO DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL.**

Otros métodos anticonceptivos

**Método de amenorrea de la lactancia:** Este es un método anticonceptivo temporal, altamente eficaz.

**Anticoncepción de emergencia:** Las pastillas anticonceptivas de emergencia o un DIU de cobre, luego de una relación sexual sin protección, reducen sustancialmente el riesgo de embarazo.

Adaptado de World Health Organization (WHO) Department of Reproductive Health and Research, Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/Center for Communication Programs (CCP). Knowledge for health project. Family planning: a global handbook for providers (2011 update). Baltimore, MD; Geneva, Switzerland: CCP and WHO; 2011; and Trussell J. Contraceptive failure in the United States. Contraception 2011;83:397-404.



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