



Todos tenemos que hacer algo contra los mosquitos, para eso debemos saber cuáles son los síntomas del Zika, Dengue y Chikungunya.

En el caso del Zika los síntomas suelen presentarse de forma moderada o aguda, después de un período de incubación de 3 a 12 días, e incluyen:

- Erupción pruriginosa (con picazón) y fiebre leve
- Conjuntivitis no purulenta
- Dolor de cabeza
- Dolor de cuerpo
- Dolor en articulaciones (principalmente manos y pies)
- Decaimiento
- Inflamación de miembros inferiores

{youtube}gW8oYu2UbeU?rel=0{/youtube}

Los síntomas duran entre 4 y 7 días. Debido a su similitud con los del dengue y la fiebre chikungunya, puede ser confundida fácilmente con estas enfermedades.

La infección también puede cursarse de forma asintomática.

El dengue se manifiesta con los siguientes síntomas:

- Fiebre alta (sin resfrío)
- Dolor detrás de los ojos, muscular y de las articulaciones
- Náuseas y vómitos
- Cansancio
- Sangrado de nariz y encías
- Erupción en la piel

Cuando se trata de fiebre chikungunya, los síntomas comienzan generalmente de 3 a 7

días después de la picadura del mosquito y pueden ser:

- Fiebre mayor a 38,5 grados
- Dolor en las articulaciones
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Náuseas
- Fatiga
- Erupción cutánea

¿Cómo prevenir?

- Eliminar y controlar los criaderos del mosquito *Aedes aegypti*.
- Evitar que el mosquito se reproduzca, eliminando y limpiando los elementos que acumulen agua en tu casa y alrededores.
- Evitar las picaduras de mosquitos.
- Utilizá espirales, pastillas u otros repelentes ambientales y ropa de colores claros que cubra brazos y piernas.
- Usa repelentes en aerosol, crema o líquidos en las partes del cuerpo expuestas, renovándolo frecuentemente según la indicación del envase.
- Colocar mosquiteros o telas metálicas en las aberturas de las viviendas.
- Protegé las cunas o cochecitos de bebés con mosquiteros tipo tul cuando estén al aire libre y asegurarse de que permitan una correcta ventilación.
- En bebés menores de dos meses no se recomienda utilizar repelentes.

Además, como se comprobaron casos por transmisión sexual, utilizá siempre preservativo, incluso con tu pareja. En especial, en caso de vivir en una zona donde haya circulación de zika o si viajaron a una zona donde hay presencia del mosquito, aunque no se hayan registrado síntomas de la infección.

Si estás embarazada, es muy importante extremar las medidas preventivas, ya que la infección por zika puede ocasionar daños al bebé.