

PROTECT YOURSELF FROM ZIKA

What is Zika?

The Zika virus is spread through the bite of certain types of mosquitoes. While it can cause fever, rash, joint pain and red or pink eyes, about 80 percent of people with Zika do not become ill or have symptoms. Zika also can be spread through blood transfusions and sexual contact.

Should I Worry?

Most of Texas has a long mosquito season and many people travel to places where Zika is active. This means you have a greater chance of coming into contact with the Zika virus and potentially spreading it to your loved ones and other Texans.

Although rare, the Zika virus may also be among the causes of Guillain-Barré syndrome, a condition in which your immune system attacks part of your nervous system.

The Zika virus also can be spread from mother to child, if the mother is infected with the Zika virus during pregnancy. The Zika virus has been linked to birth defects such as microcephaly, a condition where a baby's head is much smaller than expected and can cause developmental delays.

What Can I Do to Prevent Zika?

Take these simple steps to protect yourself and your loved ones from the Zika virus.

WHEN YOU'RE OUTSIDE:



Apply EPA-approved insect repellent.

Wear pants and long-sleeve shirts that cover exposed skin.



In warmer weather, wear lightweight, loose-fitting clothing that covers exposed skin.

WHEN YOU'RE AT HOME:



Use screens or close windows and doors to keep mosquitoes out of your home.

Remove standing water in and around your home. This includes water in cans, toys, tires, plant saucers, and any container that can hold water.



Cover trash cans or containers where water can collect.

*Recommendations are based on emerging knowledge about Zika.

TALK TO YOUR DOCTOR IF YOU HAVE CONCERNS OR THINK YOU MIGHT HAVE ZIKA.

KEEP UP WITH THE LATEST INFO AT TexasZika.org

PROTÉGETE CONTRA EL ZIKA

¿Qué es el Zika?

El virus del Zika se transmite a través de la picadura de ciertos tipos de mosquitos. A pesar de que puede causar fiebre, salpullido, dolor de las articulaciones y ojos enrojecidos o conjuntivitis, cerca del 80 por ciento de las personas con Zika no se enferman o no tienen síntomas. El Zika también se puede transmitir a través de transfusiones sanguíneas y del contacto sexual.

¿Debería Preocuparme?

En la mayoría del estado de Texas la temporada de mosquitos es larga y muchas personas viajan a lugares donde el Zika está activo. Esto significa que tienes una mayor posibilidad de entrar en contacto con el virus del Zika y potencialmente transmitirlo a tus seres queridos y a otros tejanos.

Aunque es poco común, el virus del Zika también puede ser uno de los causantes del síndrome de Guillain-Barré, una condición en la que el sistema inmunológico ataca parte del sistema nervioso.

El virus del Zika también puede transmitirse de la madre al hijo, si la madre se infecta con el virus del Zika durante el embarazo. El virus del Zika se ha conectado a defectos de nacimiento como la microcefalia, que es una condición donde la cabeza de un bebé es mucho más pequeña de lo esperado y puede causar retrasos en el desarrollo.

¿Qué Puedo Hacer Para Prevenir el Zika?

Toma estos pasos sencillos para protegerte a ti y a tus seres queridos contra el virus del Zika.

CUANDO ESTÉS AFUERA:



Aplícate repelentes de insectos aprobados por la EPA.

Usa pantalones y camisas de manga larga que cubran la piel expuesta.



En un clima más caluroso, usa ropa holgada y ligera que cubra la piel expuesta.

CUANDO ESTÉS EN CASA:



Usa mallas mosquiteras o cierra las puertas y ventanas para mantener a los mosquitos fuera de la casa.

Deshazte del agua estancada adentro y alrededor de la casa. Esto incluye deshacerte del agua estancada en latas, juguetes, neumáticos, platos base para maceta y cualquier recipiente que pudiera alojar agua.



Cubre basureros o recipientes donde se pudiera acumular agua.

HABLA CON TU DOCTOR SI ALGO TE PREOCUPA O SI CREES QUE PUDIERAS TENER EL ZIKA.

MANTENTE AL DÍA CON INFORMACIÓN ACTUALIZADA EN TexasZika.org

SIMPLE STEPS FOR TEXANS TO PREVENT ZIKA

You can take these simple steps to protect yourself and your loved ones from the Zika virus.



Apply EPA-approved insect repellent.



Wear pants and long-sleeve shirts.



Use screens or close windows and doors.



Remove standing water in and around your home.



Cover trash cans or containers where water can collect.



Talk to your doctor if you have concerns.

** Recommendations are based on emerging knowledge about Zika.*

KEEP UP WITH THE LATEST INFO AT TexasZika.org

PASOS SENCILLOS QUE SE RECOMIENDA A LOS TEJANOS PARA PREVENIR EL ZIKA

Puedes tomar estos pasos sencillos para protegerte a ti y a tus seres queridos contra el virus del Zika.



Aplicarte repelentes de insectos aprobados por la EPA.



Usa pantalones y camisas de manga larga.



Usa mallas mosquiteras o cierra las puertas y ventanas.



Deshazte del agua estancada adentro y alrededor de la casa.



Cubre basureros o recipientes donde se pudiera acumular agua.



Habla con tu doctor si algo te preocupa.

** Las recomendaciones se basan en información que va surgiendo acerca del Zika.*

MANTENTE AL DÍA CON INFORMACIÓN ACTUALIZADA EN TexasZika.org