

# Pregnant and Concerned

## about **ZIKA?**

### PREVENTION KIT FOR PREGNANT WOMEN

**THIS KIT INCLUDES PRODUCTS THAT CAN HELP PROTECT YOU AND YOUR LOVED ONES FROM THE ZIKA VIRUS.**



#### INSECT REPELLENT

- Prevent mosquitoes from biting you by using insect repellent.
- Use only an EPA-registered insect repellent containing one of these ingredients: DEET, picaridin, IR3535, oil of lemon eucalyptus or para-menthan-diol.
- Always follow the directions on the container.
- Do not use insect repellent under clothing.
- Remember to apply sunscreen first and then insect repellent.



#### PERMETHRIN SPRAY

- Permethrin insect repellents can be used on clothing, tents and other gear to protect you from mosquito bites.
- Permethrin is effective against mosquitoes for up to six weeks or six washings.
- Be sure to read and always follow label directions.
- Never spray permethrin directly on your skin.



#### CONDOMS

- A man with Zika can transmit the virus through sexual intercourse, including vaginal, anal and oral sex.
- Using a condom can protect you from getting Zika.
- Use condoms consistently and correctly every time you have sex with a male partner.
- Follow directions on the box.
- Condoms can also reduce the risk of sexually transmitted diseases and HIV.



#### STANDING WATER TREATMENT TABLETS (TABS)

- Use Tabs to kill mosquito larvae in standing water that is unable to be drained or dumped every 5-7 days. Tabs prevent larvae from becoming biting, disease-carrying adult mosquitoes.
- Within a day after you drop them in the water, tabs will start killing larvae.
- The active ingredient in Tabs is fatal to larvae, but are harmless to other animals including dogs, cats, birds and fish.
- Do not put them in water you drink.
- Always follow directions on the package.

[www.zika.pa.gov](http://www.zika.pa.gov)

# ¿Está embarazada y preocupada por ZIKA?

## KIT DE PREVENCIÓN DE ZIKA PARA MUJERES EMBARAZADAS

**ESTE KIT INCLUYE PRODUCTOS QUE LE PUEDEN AYUDAR A USTED Y A SUS SERES QUERIDOS A PROTEGERSE DEL VIRUS DEL ZIKA.**



### REPELENTE DE INSECTOS

- Emplee un repelente de mosquitos para evitar que los mosquitos le piquen.
- Use solamente un repelente de insectos que esté registrado en la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés) que contenga los siguientes ingredientes: DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol.
- Siempre siga las instrucciones contenidas en el envase.
- No se aplique el repelente de insectos bajo su vestimenta.
- Recuerde de aplicarse el protector solar (*sunscreen*) antes que el repelente de insectos.



### AEROSOL O ROCÍO DE PERMETRINA (*PERMETHRIN SPRAY, EN INGLÉS*)

- Los repelentes de insectos con permetrina pueden ser usados en la vestimenta, carpas u otros equipos para protegerle de picaduras de mosquitos.
- La permetrina es eficaz contra los mosquitos hasta por 6 semanas o 6 lavados.
- Asegúrese de leer y siempre acatar las indicaciones de la etiqueta.
- Jamás aplique permetrina directamente en su piel.



### CONDONES O PRESERVATIVOS

- Un hombre con zika puede transmitir el virus vía relaciones sexuales, incluyendo el sexo vaginal, anal u oral.
- El usar el condón puede protegerle evitando que se contagie del zika.
- Use condones consistente y correctamente cada vez que tenga relaciones sexuales con su pareja masculina.
- Siga las instrucciones contenidas en la caja.
- Los condones pueden además reducir el riesgo de ser contagiada de enfermedades transmitidas sexualmente y de VIH.



### PASTILLAS PARA AGUAS ESTANCADAS O TRANQUILAS (*TABS*)

- Use pastillas para matar las larvas de mosquitos en aguas estancadas que no puedan ser vaciadas o botadas cada 5 a 7 días. Las pastillas evitan que las larvas se conviertan en mosquitos adultos que pican y transmiten enfermedades.
- En el mismo día en que las depositó en el agua, las pastillas comenzarán a matar las larvas.
- Los ingredientes activos contenidos en las pastillas les causan la muerte a las larvas, pero son inofensivos en otros animales como los perros, gatos, aves y peces.
- No las ponga en el agua que habrá de beber.
- Siempre siga las indicaciones del paquete.

[www.zika.pa.gov](http://www.zika.pa.gov)