



Enfermedad por el virus del Zika

El bosque de Zika, situado en Uganda, se ha vuelto famoso en los últimos meses. El origen de su fama se debe a que allí se descubrió por primera vez una infección prácticamente desconocida hasta hoy. De ahí, que el virus que produce la enfermedad se llame igual que el bosque: Zika.

¿Cómo se transmite?

El virus del Zika se transmite a través de la picadura de mosquitos infectados del género *Aedes*, que además también pueden transmitir el dengue y la fiebre chikunguña. El virus del Zika también se puede transmitir de persona a persona a través de sangre contaminada, fluidos sexuales y, durante el embarazo, de la madre al feto. No se transmite por el aire, ni por contacto con la piel, ni por besos, ni a través de la lactancia materna. El cambio climático favorece la llegada de insectos a nuestro país, que sí podrían transmitir estas y otras infecciones. En Europa se ha detectado la presencia de mosquito tigre en 20 países. En nuestro país se encuentra, principalmente, en zonas de la costa mediterránea.

¿Cuáles son los síntomas?

Aproximadamente el 80% de las personas infectadas no tiene ningún síntoma. Cuando se desarrolla la enfermedad, las primeras manifestaciones aparecen tras un **periodo de incubación de 3-12 días después de la picadura** del insecto e incluyen principalmente fiebre intermitente, dolor de cabeza, manchas por la piel, conjuntivitis y dolores en músculos y articulaciones. Estos síntomas suelen durar entre 3 y 7 días y, por lo general, se resuelven sin secuelas, aunque los dolores articulares pueden durar más tiempo.

¿Cómo se trata el Zika?

No existe ningún tratamiento específico ni hay vacuna. Lo único que se puede hacer, como en la gripe, es tratar los síntomas y esperar.

La mejor prevención en la actualidad es evitar la picadura del mosquito en las zonas donde existe la enfermedad, siguiendo las siguientes [recomendaciones](#):

- Uso de repelentes y mosquiteras.
- Evitar exponer brazos y piernas, sobre todo al amanecer y al anochecer (si hace calor, la ropa de lino es una buena opción).
- Evitar usar ropa con colores llamativos para los insectos, fundamentalmente amarillo y otros colores intensos (chillones).
- Poner los calcetines por encima del pantalón y evitar el uso de sandalias o caminar descalzos.
- En general, cualquier cosa que se nos ocurra y le haga "la vida más difícil" a los mosquitos.

¿Qué grupos de población se consideran de mayor riesgo?

El principal motivo de preocupación con el virus del Zika surge cuando contagia a **mujeres embarazadas**, ya que se transmite a través de la placenta y ocasiona problemas en el feto. De ellos, el más grave es el que se conoce como microcefalia (cabeza pequeña), un defecto en el desarrollo del cerebro y del cráneo que puede provocar retraso psicomotor e incluso la muerte. Una dificultad añadida es que el 80% de los infectados no tienen síntomas, por lo que la mala noticia llega de forma inesperada durante los controles ecográficos de la gestación. Y

una vez establecida la microcefalia, tampoco hay cura para el feto.

¿Cuáles son las recomendaciones para las mujeres embarazadas?

Se recomienda que las mujeres embarazadas o que están tratando de quedarse embarazadas y que planean viajar a las zonas afectadas por la transmisión del virus del Zika pospongan sus viajes si no son esenciales. En caso de que no sea posible retrasar el viaje, deben extremar las medidas de precaución necesarias para evitar las picaduras de mosquitos.

Artículo publicado el 2-3-2016, revisado por última vez el 14-5-2025

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/enfermedad-por-virus-zika>