

Movilicémonos para prevenir el ZIKA



**Manual para líderes
comunitarios**

Empecemos ya

El **zika** ya llegó y representa un grave problema de salud pública. Por eso se está implementando estrategias de atención inmediata para prevenir esta enfermedad.

El zika es transmitido por el mosquito o zancudo *Aedes aegypti*, el mismo que transmite el dengue y el chikungunya. Y Honduras, por su clima, geografía y condiciones sociales, es un país vulnerable a la permanencia de este zancudo.

Para prevenir la enfermedad e impedir que el zancudo se reproduzca sin control, se requiere de la participación activa y consciente de la ciudadanía. Ello implica movilizar a las comunidades para prevenir, identificar y destruir criaderos de zancudos en los hogares y espacios públicos.

Este manual ofrece a las y los dirigentes y líderes comunitarios algunas herramientas para orientar su trabajo, a fin de que las comunidades estén libres de criaderos de zancudos y, por tanto, del zika.

1. Hablemos del zika

El zika es una nueva enfermedad que está afectando a la población hondureña. Hombres y mujeres, niñas y niños, jóvenes, adultos y personas mayores están expuestas a contraer el zika.

El virus del Zika se transmite a través de la picadura de un zancudo o mosquito infectado de la especie *Aedes*, el mismo que transmite el dengue y el chikungunya.

Los mosquitos hembra pican a las personas para alimentarse de la sangre que necesitan para producir huevos. En ese momento, el mosquito perfora la piel de la persona y le inyecta saliva. De esta manera, el virus del Zika entra por la picadura y tarda de 4 a 7 días en manifestarse.

¿Cuáles son los síntomas del zika?

Los síntomas más comunes son:



Por lo general, la enfermedad es leve y los síntomas pueden durar hasta una semana. Las personas no se ponen tan graves como para ir a un hospital.

Sin embargo, debido a que es una enfermedad nueva, los científicos aún no terminan de descubrir todas las consecuencias que esta tiene sobre la salud de las personas, sobre todo en mujeres embarazadas y recién nacidos.

Por ejemplo, es probable que haya una conexión entre el zika y el síndrome de Guillain-Barré, así como una relación entre el zika y el nacimiento de niños con microcefalia. Además, las madres pueden pasarle el virus del Zika al feto durante el embarazo.

¿Qué es el síndrome de Guillain-Barré?

Es un problema grave de salud que afecta el sistema nervioso. Los nervios se inflaman, lo que ocasiona debilidad muscular o parálisis en las extremidades. La mayoría de las personas se recupera, pero a algunas les quedan daños permanentes.

¿Qué es la microcefalia?

Es una enfermedad en la cual la cabeza de una persona es mucho más pequeña que la de otras de su misma edad y sexo.

Por lo general se debe a que el cerebro no logra crecer normalmente, mientras el bebé está en el útero y durante la lactancia.

Recomendaciones generales para las personas con zika

Aún no se ha identificado un tratamiento específico, pero se recomienda:

Tomar líquidos para prevenir la deshidratación.

Descansar mucho.

Nunca debe automedicarse.

No tomar aspirina ni otros medicamentos antiinflamatorios.



Si la persona está tomando medicamentos para otra enfermedad, tiene que consultar con su médico antes de seguirlos tomando.

Las mujeres embarazadas deben evitar las picaduras de zancudos usando ropas que cubran la piel, mosquiteros y repelentes.

Evitar las picaduras de zancudos durante la primera semana de la enfermedad, para no transmitir el virus a otras personas.

2. ¿Qué podemos hacer para prevenir el zika?

No hay una vacuna para prevenir la enfermedad que causa el virus del Zika. Entonces, ¿qué hacer?

Eliminar los criaderos de zancudos es la medida más efectiva y sostenible para prevenir el zika. Por tanto, esta debe ser la primera y principal medida de control.

Para acabar con los criaderos de zancudos, es urgente:

- ✓ Evitar que el agua se estanque en recipientes que están fuera o en los alrededores de las viviendas.
- ✓ Tapar bien los tanques, cisternas, pilas y demás depósitos de agua para uso doméstico.
- ✓ No acumular basura, sino que depositarla en bolsas plásticas bien cerradas.
- ✓ No tirar basura en lugares públicos, ni en ríos ni quebradas.
- ✓ Destapar los desagües para que corra el agua estancada.
- ✓ Por lo menos una vez por semana, cepillar bien las pilas y demás depósitos de agua con una mezcla de cloro con detergente, conocida como la "untadita".



3. ¿Qué puede hacer una o un dirigente comunitario para contribuir a prevenir el zika?

Si usted dirige un patronato, un grupo de mujeres, un comité de salud, una junta de agua o es parte de cualquier otra organización comunitaria, puede hacer mucho por la salud y el bienestar de la gente de su barrio, colonia o comunidad.

Lo primero será buscar a otros actores sociales como personal de salud, educación, bomberos, miembros de otras organizaciones y personas voluntarias para hablar sobre la urgencia de eliminar los criaderos de zancudos y así prevenir el zika.

Una vez que logre despertar el interés de varias personas, y el apoyo de las autoridades de ser posible, habrá que planificar las actividades a realizar.

Es decir, hacer un plan de trabajo sencillo. En tal sentido, se sugiere llevar a cabo actividades como las siguientes:

Visitas domiciliarias

Para concientizar a la gente, da muy buenos resultados la comunicación personal. De ahí la importancia de visitar las casas para conversar con todos los integrantes del hogar.

Ahora bien, antes debe prepararse para saber explicar qué es el zika, cómo se transmite y cómo se previene. Y, si se puede, entregue material informativo sobre el zika para que después lo puedan leer.

Durante la visita, puede hacer un recorrido con los vecinos por el exterior de la vivienda, a fin de que aprendan a reconocer los criaderos de zancudos y qué hacer en cada caso.



Por ejemplo, si ve una pila llena de agua y destapada, explique que todos los depósitos de agua deben mantenerse bien tapados para evitar que los zancudos pongan huevos.

Campanías de limpieza

El propósito de estas campañas o jornadas de limpieza es prevenir y destruir los criaderos de zancudos.

¿Qué se puede hacer? Pues cosas sencillas, pero muy efectivas. Por ejemplo:

- ✓ Botar todo lo que no sirve y que puede acumular agua: latas, llantas, botellas, chapas, juguetes rotos y hasta cáscaras de huevos.
- ✓ Recoger, embolsar y depositar en un recipiente adecuado toda la basura que esté alrededor de la vivienda.
- ✓ Limpiar las canaletas y desagües para que el agua corra.
- ✓ Echar agua hirviendo en lugares de difícil acceso y donde pueda haber huevos, como las paredes de canaletas, rejillas y desagües.
- ✓ Mantener los alrededores libres de hierba y maleza.
- ✓ Colocar bajo techo las llantas y envases que aún se pueden utilizar, y poner los recipientes boca abajo.

Tenga presente que...

El mosquito *Aedes* pone huevos cada 3 o 4 días, después de alimentarse, así que la limpieza de las casas debe convertirse en un hábito de todos los vecinos y vecinas.

Además, estas campañas hay que planificarlas. Si los desechos se tiran en cualquier sitio, solo estaremos trasladando los criaderos de zancudos a otro lugar.

Por eso es importante coordinar con las autoridades de la alcaldía, para que pongan a disposición carros recolectores de basura. Para esto habrá que ponerse de acuerdo en horas y días, e informar con tiempo a la población.

Exigir colaboración a las alcaldías

Otra tarea de las y los dirigentes comunitarios, es exigir el apoyo de las autoridades municipales para destruir botaderos de basura y criaderos de zancudos.

Las alcaldías deben emitir ordenanzas para que los dueños de solares baldíos y casas abandonadas mantengan limpias sus propiedades. También para prohibir que la gente tire la basura en lugares públicos. Pero además de emitir las ordenanzas, deben velar por su cumplimiento y aplicar las sanciones del caso a quienes no las cumplan.

Usted es muy importante

No olvide que usted es uno de los actores más importantes para movilizar a las comunidades con el fin de destruir los criaderos de zancudos y prevenir el zika.

Si los miembros de la comunidad participan de manera activa y responsable, más posibilidades habrá de cambiar actitudes y comportamientos con el fin de vivir libres del zika y de otras enfermedades que transmite el mosquito *Aedes*.

Luchemos  todos
contra el **ZIKA**
**¡Sin zancudos
no hay ZIKA!**

