



# VIAJE SIN INSECTOS

## ¡PREVENGA ENFERMEDADES DE ZANCUDOS!

Los zancudos pueden transmitir enfermedades como el virus del Zika, el dengue, la fiebre amarilla, la malaria y el chikungunya. Protéjase a usted y a sus seres queridos de las enfermedades transmitidas por zancudos siguiendo estos pasos cuando viajen.



### PASO 1 PREPÁRESE PARA SU VIAJE

- Visite el sitio web del CDC para obtener avisos o alertas de salud para viajeros.
- Consulte con su médico sobre las precauciones necesarias.
- Empaque un repelente de insectos registrado por la EPA.



### PASO 2 MANTENGA SU SALUD DURANTE SU VIAJE

- Use manga larga, pantalones largos, calcetines, zapatos y una cachucha.
- Use repelente de insectos registrado por la EPA.
- Mantenga las puertas y los mosquiteros para ventanas cerrados, o use una red para la cama.



### PASO 3 PROTEJA A LOS DEMÁS AL REGRESAR

- Siga usando repelente para evitar picaduras y proteger a otros.
- Si comienza a sentirse enfermo o sospecha que tiene una enfermedad transmitida por los zancudos, comuníquese con su médico de inmediato.

Para más información sobre la salud durante su viaje y enfermedades transmitidas por zancudos, visite [cdc.gov/travel](https://cdc.gov/travel) o contacte a Servicios de Salud Ambiental al (800) 442-2283 o [ehs.sbcounty.gov/programs/mosquito](https://ehs.sbcounty.gov/programs/mosquito).