

# Visitando PORTO RICO?



**Proteja-se contra picadas de mosquito enquanto aproveita cada parte desta linda ilha!**

**Os mosquitos transmitem muitos tipos de vírus que podem causar doenças, como zika, dengue e chikungunya.**

Aplique repelente de insetos na pele exposta diariamente. Se usar protetor solar, aplique-o antes do repelente. Use camisas e calças compridas leves com cores claras.



**O zika também pode ser transmitido pela relação sexual.**

Proteja a si mesmo e a seu parceiro usando preservativo sempre que tiver relação sexual ou não tenha relações sexuais, principalmente se estiver grávida.

## Após deixar a ilha:



Previna-se contra picadas de mosquitos por 3 semanas após deixar uma área com zika. Continue a aplicar repelente de insetos diariamente.



Use preservativos ou não tenha relações sexuais depois de sair de uma área com zika:

- Se você for mulher: durante pelo menos 8 semanas
- Se você for homem: durante pelo menos 6 meses



**U.S. Department of Health and Human Services**  
Centers for Disease Control and Prevention

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