

# Traveling?

Don't bring Zika home as a souvenir



## During Your Trip

Avoid mosquitoes by using EPA-registered insect repellents, wearing long-sleeved shirts and pants, and staying in areas with intact window and door screens or bed nets.



## After Your Trip

Avoid mosquitoes for 3 weeks and abstain from sex or use condoms for 8 weeks (women), 3 months (men), or duration of pregnancy (pregnant women).

\*If you become sick, see your healthcare provider and tell them about your recent travels\*

## Pregnant?

- Do not travel to areas with Zika.
- If you are trying to get pregnant, consider avoiding travel to these areas and discuss the risks with your healthcare provider.



# ¿Va a salir de viaje?

No vuelva a casa  
contagiado con Zika.



## Durante su viaje

Protéjase de los mosquitos utilizando repelentes de insectos registrados en la EPA y usando playeras de manga larga y pantalones largos. Permanezca dentro de áreas con mallas intactas en las puertas y ventanas o duerma bajo un mosquitero.



## Después de su viaje

Evite los mosquitos durante 3 semanas y abstenga del sexo o use condones por al menos 8 semanas (mujeres), 3 meses (hombres), o durante todo el embarazo (mujeres embarazadas).

\*Si se enferma, informe a su médico o proveedor de atención médica sobre sus viajes recientes.

## ¿Está Embarazada?

- No viaje a áreas con Zika.
- Si está tratando de quedar embarazada, considere postergar viajar a estas áreas y hable con su médico sobre los riesgos.

