

El dengue es una enfermedad viral aguda transmitida por el mosquito *Aedes aegypti*. Es común en Puerto Rico y en más de 100 países de las regiones tropicales y subtropicales del mundo. El dengue es endémico en nuestra isla, es decir, está presente todo el año, en mayor o menor número. Por lo tanto, nos enfrentamos diariamente al riesgo de contraer esta enfermedad.

El mosquito *Aedes aegypti*, es un mosquito urbano. Esto significa que vive cerca de la gente, en nuestra casa y en nuestras comunidades. Prefiere lugares sombreados y frescos. Este mosquito se cría en cualquier envase o recipiente que pueda llenarse con agua, ya sea por las personas o por agua de lluvia.

Existen cuatro tipos del virus del dengue (DEN1, DEN2, DEN3 y DEN4). La persona infectada por uno de ellos queda inmunizada contra ese virus en específico, pero no contra los otros tres. Por lo tanto, se puede tener dengue hasta 4 veces.

SÍNTOMAS DEL DENGUE

Los síntomas leves del dengue pueden confundirse con otras enfermedades que causan fiebre, molestias y dolores o sarpullido. Generalmente duran entre **2 y 7 días**. La mayoría de las personas se recupera alrededor de una semana.

El síntoma más común del dengue es la **fiebre** junto a cualquiera de los siguientes:

- Náuseas
- Vómitos
- Sarpullido
- Molestias y dolores (dolor en los ojos, generalmente detrás de los ojos, dolor muscular, dolor en las articulaciones o dolor en los huesos)

¿Qué puedes hacer si crees que tu o algún familiar tienen dengue?

- Consulta con tu proveedor de salud si presentas fiebre o síntomas de dengue.
- Descansa tanto como puedas.
- Toma acetaminofeno para controlar la fiebre y aliviar el dolor.
- ¡No tomes aspirina ni ibuprofeno!

- Bebe muchos líquidos como agua o bebidas con electrolitos agregados para permanecer hidratado.

DENGUE GRAVE

El dengue grave es un tipo de enfermedad más seria que puede causar shock, hemorragia interna e incluso la muerte. Aproximadamente 1 de cada 20 personas que se enferma con dengue puede desarrollar dengue grave. Es más probable que presentes dengue grave si ya tuviste una infección por dengue anteriormente, aún sin saberlo. Los bebés, las mujeres embarazadas y las personas de edad avanzada tienen mayor riesgo de presentar dengue grave.

Los signos de alerta generalmente comienzan entre las 24 y 48 horas después de que ha desaparecido la fiebre. Acude inmediatamente al centro médico o sala de emergencias si tu o un familiar presenta cualquiera de los siguientes síntomas:

- Dolor o sensibilidad en el estómago.
- Vómitos (al menos 3 veces en 24 horas).
- Sangrado por la nariz o las encías.
- Vómitos con sangre o sangre en las heces.
- Sensación de cansancio, inquietud o irritabilidad.

Tratamiento del dengue grave

- Si presentas cualquier signo de alerta, consulta con tu proveedor de salud o acude a la sala de emergencias inmediatamente.
- El dengue grave es una emergencia médica y requiere atención médica y hospitalización inmediata.
- Si estás de viaje, busca atención médica en el exterior.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN PARA EVITAR LAS PICADURAS DE MOSQUITOS

Sigue las recomendaciones del Departamento de Salud para evitar las picaduras de mosquitos y prevenir el contagio del virus del dengue.

Medidas de protección personal

- **Viste** con mangas y pantalones largos, de colores claros.
- **Usa repelentes** con [ingredientes registrados](#) por la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés):
 - - DEET
 - Picaridina
 - IR3535
 - Aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol (nunca en menores de tres años)

Los repelentes que tienen un porcentaje mayor del ingrediente activo proporcionan protección más duradera. Recuerda ponerte el repelente después de aplicarte el protector solar para una protección más adecuada contra el mosquito.

Medidas de protección para tu hogar

- **Tapa** los envases o recipientes que acumulen agua en tu vivienda.
- **Inspecciona** los alrededores de tu vivienda para identificar posibles criaderos de mosquitos y elimínalos.
- **Derrama** el agua en la tierra y lava el envase con un cepillo para eliminar los huevos de mosquito.
- **Lava** los bebederos de mascotas diariamente.
- **Inspecciona** los pozos sépticos, mantenlos sellados y con tela metálica en el respiradero.

RECURSOS

- [Departamento de Salud - Dengue](#)
- [Informe semanal de enfermedades arbovirales](#)