



## Preguntas frecuentes sobre el ébola

### ¿Qué es el ébola?

El ébola es una enfermedad grave, usualmente mortal, causada por un virus.

### ¿Cómo se propaga el ébola?

El ébola se propaga mediante el contacto directo (con una herida abierta, la boca, los ojos o la nariz) con:

- Fluidos corporales (como sangre, vómito, orina, heces y sudor) de una persona infectada por el virus del Ébola. **Las personas infectadas pueden contagiar a otras personas únicamente después de que comienzan a tener síntomas, como fiebre.**
- Objetos manchados por fluidos corporales de una persona infectada por el virus del Ébola.
- El cadáver de una persona que falleció por enfermedad del Ébola.

El ébola **no se contagia** por vía aérea o simplemente por estar cerca de una persona infectada. Es muy difícil propagar el ébola durante contactos casuales breves, como un apretón de manos o chocar con alguien en el metro.

Durante un brote, la enfermedad se puede propagar dentro de un ambiente hospitalario si los trabajadores no usan equipo protector y no toman las precauciones apropiadas.

### ¿Algunos fluidos corporales son más infecciosos que otros?

Sí. Ciertos tipos de fluidos corporales, como la sangre, el vómito y las heces tienden a ser más infecciosos que otros, como la saliva y el sudor. Esto se debe a que la sangre, el vómito y las heces contienen una mayor cantidad del virus (o "carga viral"). Igualmente, los fluidos corporales de pacientes muy enfermos (aquellos que están en una etapa más grave de la enfermedad) son más infecciosos que los fluidos corporales de aquellos que están mostrando síntomas iniciales.

### ¿Cuáles son los síntomas del ébola?

La enfermedad usualmente empieza con una fiebre repentina, posiblemente acompañada de dolor de cabeza y dolor en las articulaciones y los músculos. Otros síntomas pueden ser:

- Náusea
- Debilidad
- Diarrea
- Vómitos
- Dolor de estómago
- Falta de apetito

Algunos pacientes también pueden experimentar:

- Sarpullido
- Ojos rojos
- Hipo
- Tos
- Dolor de garganta
- Dolor en el pecho
- Problemas para respirar
- Problemas para tragar
- Sangrado interno y externo

### ¿Cuándo aparecen los primeros síntomas?

Los síntomas aparecen usualmente entre 8 y 10 días después de la exposición, pero pueden aparecer en cualquier momento entre 2 y 21 días después de la exposición. **Las personas infectadas pueden contagiar a otras únicamente después de que comienzan a tener síntomas, como fiebre.**

Si una persona no desarrolla síntomas después de 21 días de la exposición, quiere decir que no está en riesgo de contraer el ébola.

### **¿Qué tan grave es el ébola?**

La gravedad de la enfermedad varía, pero más del 50% de los pacientes que han contraído el virus del Ébola han muerto durante los brotes anteriores.

### **¿De qué manera se trata el ébola?**

No hay un medicamento aprobado contra el ébola. El tratamiento se centra en cuidados de apoyo y puede requerir apoyo de la unidad de cuidados intensivos. Hay tratamientos y vacunas experimentales en desarrollo pero no se han hecho las pruebas necesarias de seguridad y efectividad en seres humanos.

### **¿Cómo se puede prevenir la infección por virus del Ébola?**

Las medidas para detener la propagación del virus del Ébola incluyen:

- Identificar rápidamente a las personas que puedan tener el virus del Ébola
- Aislar a los pacientes con enfermedad del Ébola para que no tengan contacto con personas no infectadas
- Seguir las directrices de control de la infección en los establecimientos sanitarios (p. ej., esterilizar el equipo médico y vestir el equipo apropiado de protección personal)
- Monitorear la salud de las personas que pudieron haber estado en contacto con personas infectadas

### **¿Estoy en riesgo si he viajado a África Occidental?**

No está en riesgo, a menos que haya viajado a Guinea o Sierra Leona y haya tenido contacto directo con una persona infectada con el virus del Ébola. **Las personas infectadas pueden contagiar a otras únicamente después de que comienzan a tener síntomas, como fiebre.**

Si viaja a otras partes de África, aparte de Guinea y Sierra Leone, **no está en riesgo de contraer el ébola.**

El Centro para la Prevención y el Control de Enfermedades (CDC) ha emitido un aviso de seguridad instando a todos los residentes estadounidenses a evitar viajes prescindibles a Sierra Leona y Guinea:

<http://wwwnc.cdc.gov/travel/notices>. Visite el sitio web del CDC para consultar la información más actualizada acerca del brote del virus del Ébola: <http://www.cdc.gov/vhf/ebola>.

### **¿Puedo contagiarme con el ébola en el metro?**

No existe virtualmente ningún riesgo de contraer el ébola tomando el transporte público. No se necesitan precauciones cuando se viaja en transporte público. Sin embargo, para prevenir enfermedades comunes, como la gripe, el Departamento de Salud recomienda que se lave las manos a menudo.

### **¿El ébola puede propagarse estornudando o tosiendo?**

Según el CDC, no hay evidencias de que el ébola se propaga tosiendo o estornudando. El ébola se propaga a través de contacto directo con la sangre o los fluidos corporales de una persona que esté enferma con ébola; el virus no se propaga por el aire (como el virus del sarampión). Sin embargo, las gotas grandes (salpicaduras o rocíos) de secreciones respiratorias o de otro tipo de una persona que esté enferma con ébola podrían ser infecciosas, y por lo tanto se recomienda el uso de ciertas precauciones (llamadas precauciones estándar, de contacto y de gotas) en ambientes de atención de la salud para prevenir la transmisión del Ébola de pacientes al personal de atención de la salud y a otros pacientes o miembros de la familia. Para obtener más información, véase la guía de la CDC:

<http://www.cdc.gov/vhf/ebola/pdf/infections-spread-by-air-or-droplets.pdf>.

**¿Qué debo hacer si creo que he contraído el virus del Ébola?**

***Si visitó alguno de los países afectados y desarrolló una fiebre en un periodo de 21 días después de haber dejado el país, llame inmediatamente al 911. Recibirá ayuda sin importar su estatus migratorio o su posibilidad de pagar. Asegúrese de informar al personal médico sobre su historial de viajes y si ha tenido contacto directo con una persona que podría haber tenido el virus del Ébola.***

***¿Me debería preocupar por mi perro o gato?***

No ha habido reportes de perros o gatos con síntomas del Ébola o que hayan contagiado a alguien con el virus del Ébola. El riesgo de que una mascota sea infectada en EE.UU. es muy bajo, pero si una mascota ha sido expuesta, el CDC recomienda que sea evaluada por funcionarios de salud pública y un veterinario. Más información sobre las mascotas en <http://www.cdc.gov/vhf/ebola/transmission/gas-pets.html>.

**¿Debo usar algún producto o método de limpieza especial en mi hogar, negocio o edificio cuando limpio fluidos corporales, a causa del brote de ébola en África Occidental?**

No. Utilice los productos de limpieza normales, y siempre tome las precauciones adecuadas cuando limpie fluidos corporales (como sangre y vómito). Si un caso confirmado de ébola produce una contaminación por fluidos corporales fuera de un establecimiento de atención médica, el Departamento de Salud se ocupará de que un contratista profesional haga la limpieza.

**¿Qué debo hacer si me siento estresado(a) por el brote del Ébola?**

Los brotes de enfermedades como la epidemia del Ébola pueden ser estresantes. Las personas pueden sentirse preocupadas, frustradas o indefensas. Es normal sentirse de esta manera. Trate de ser paciente consigo mismo(a) y con las personas a su alrededor, y dese tiempo para sobrellevarlo.

Para obtener más información, incluyendo consejos específicos para sobrellevar el estrés, cómo saber si necesita ayuda profesional y cómo encontrarla, vea “Hacer frente a las situaciones de estrés”:  
<http://www.nyc.gov/html/doh/downloads/pdf/cd/ebola-stressful-events-sp.pdf>.

Si usted o alguien que usted conoce necesita ayuda, llame a LifeNet (Ayúdese) (877-298-3373), una línea de ayuda gratuita las 24 horas, siete días a la semana. Hay ayuda disponible en muchos idiomas, y la información que usted comparta se mantendrá en privado.