

Cómo garantizar su protección y la de los demás de la viruela del mono

A medida que la viruela del mono se propaga en la Ciudad de Nueva York (NYC, por sus siglas en inglés), en todo el país y en todo el mundo, la siguiente información puede ayudarlo a protegerse a sí mismo y a los demás.

¿Cómo se transmite la viruela del mono?

En el brote actual, el virus de la viruela del mono:

- Se transmite principalmente durante el sexo oral, anal y vaginal y otros contactos íntimos, como besos anales, abrazos, besos, mordiscos, caricias y masajes.
- Puede transmitirse a través del contacto directo con una persona que tiene erupciones o llagas y tiene el virus; al entrar en contacto con ropa, ropa de cama, toallas u otros artículos que haya usado; y al tener contacto prolongado cara a cara.
- Se transmite cuando las personas tienen síntomas, pero los expertos todavía están estudiando si se transmite antes de que comiencen los síntomas o después de que terminan.
- Puede transmitirse a través del semen, la saliva, las heces (popó) y otros fluidos corporales; los expertos todavía están estudiando si esto es posible

¿Qué puede pasar si me da la viruela del mono?

En el brote actual, son raras las hospitalizaciones y muertes por la viruela del mono. El síntoma más común es erupción o llagas que pueden parecer granos o ampollas. La erupción y las llagas pueden aparecer en todo el cuerpo o en ciertas partes, incluso alrededor y dentro de los genitales, el ano y la boca, y pueden durar de dos a cuatro semanas. La erupción puede causar mucha picazón y dolor e interferir con las actividades diarias. Las llagas en el ano o la uretra pueden dificultar ir al baño. Algunas personas también tienen síntomas similares a los de la gripe, como dolor de garganta, fiebre y fatiga. Las complicaciones causadas por la infección por la viruela del mono incluyen la inflamación del revestimiento del recto (proctitis). Incluso después de curarse, las personas pueden tener cicatrices en las áreas donde tuvieron llagas. No sabemos si la viruela del mono causa problemas de salud a largo plazo.

¿Quiénes corren mayor riesgo de contraer la viruela del mono?

Cualquier persona puede contraer la viruela del mono. Sin embargo, según los casos actuales, el virus se está propagando dentro de los círculos sociales de homosexuales, bisexuales y otros hombres que tienen sexo con hombres; personas transgénero; personas no conformes con el género; y personas no binarias. Las personas en estos círculos sociales que tienen **parejas sexuales múltiples o anónimas** corren un alto riesgo de exposición. Tener sexo anónimo u otro contacto íntimo, incluso con personas en fiestas "rave", clubes y fiestas sexuales, en saunas o a través de aplicaciones en línea o redes sociales, aumenta el riesgo de exposición. Dado que la viruela del mono se puede transmitir a través de cualquier tipo de contacto prolongado de piel con piel, ir a clubes, fiestas "rave", conciertos, fiestas numerosas y otros eventos con gran afluencia de personas también puede aumentar el riesgo si usted u otras personas usan prendas de vestir que dejan la piel expuesta.

¿Quién está en alto riesgo de desarrollar una enfermedad grave por la viruela del mono?

Las personas que tienen enfermedades que debilitan su sistema inmunitario, incluido el VIH, están embarazadas o tienen antecedentes de dermatitis atópica (eczema) u otras afecciones de la piel pueden tener un mayor riesgo de desarrollar una enfermedad grave.

¿Qué puedo hacer para protegerme?

Mientras continúa el brote actual, la mejor manera de protegerse de la viruela del mono es evitar tener relaciones sexuales y otros contactos íntimos con parejas múltiples o anónimas.

Si decide tener relaciones sexuales u otro contacto íntimo, las siguientes recomendaciones pueden ayudarlo a reducir el riesgo, incluso si ya está vacunado:

- Reduzca el número de parejas, especialmente aquellas que no conoce o cuya historia sexual reciente desconoce.
- Evite las fiestas sexuales, las fiestas de circuitos y otros espacios donde las personas tienen relaciones sexuales y otros contactos íntimos con varias personas.
- Pregunte a sus parejas si tienen síntomas de la viruela del mono y sobre su historial sexual reciente. Recuerde que es posible que algunas personas no sepan que tienen la viruela del mono, especialmente si solo tienen síntomas leves o síntomas que pueden confundirse con otras enfermedades.
- No tenga relaciones sexuales ni contacto íntimo con nadie que se sienta mal, especialmente si tiene erupciones o llagas o estuvo expuesto recientemente a la viruela del mono.
- Si decide tener relaciones sexuales u otro contacto íntimo con alguien mientras está enfermo, cubra todas las erupciones y llagas con ropa o vendajes sellados. Este método puede reducir la transmisión por contacto con la erupción o las llagas, pero aun así existen otras posibles formas de transmisión.
- Dado que es posible que el virus se transmita a través del semen, use condones de látex durante las relaciones sexuales.
- No comparta toallas, ropa, artículos fetiches, juguetes sexuales o cepillos de dientes.
- Lávese las manos, lave los artículos fetiches y la ropa de cama. Los juguetes sexuales deben lavarse después de cada uso o acto sexual.

¿Qué hago si tengo síntomas?

Si tiene síntomas de la viruela del mono, incluso si son leves:

- Llame a su proveedor de atención de salud inmediatamente. Si no tiene uno, llame al **311** para comunicarse con un sitio de Salud + Hospitales de NYC (H+H, por sus siglas en inglés) o para acceder a **Atención Exprés Virtual de H+H (H+H Virtual Express Care)**. También puede visitar **nyc.gov/health/map** para encontrar un proveedor cerca de usted. La atención está disponible en NYC sin importar el estatus migratorio, la cobertura del seguro o la capacidad de pago.
- Evite todo contacto físico cercano con otras personas, incluidas las personas con las que vive. Además, evite ir a clubes, fiestas, bares y otros lugares concurridos.
- Obtenga más información sobre cómo cuidarse y reducir el riesgo de transmitir el virus a otras personas en **nyc.gov/monkeypox**.

Si recientemente tuvo la viruela del mono, use condón de látex durante las relaciones sexuales durante al menos ocho semanas después de que la erupción y las llagas hayan sanado y se haya desarrollado una nueva capa de piel; esto ayudará a proteger a sus parejas en caso de que el virus pueda transmitirse a través del semen.

¿Qué debo hacer si una pareja con la que he tenido relaciones íntimas me dice que tiene la viruela del mono?

Si recientemente estuvo expuesto a alguien con la viruela del mono, observe los síntomas, especialmente una nueva erupción o llagas en cualquier parte del cuerpo. Visite **nyc.gov/monkeypox** para obtener más información sobre si es elegible para la vacunación y llame al **311** para obtener información sobre las pruebas o el tratamiento si presenta síntomas.

¿Existe una vacuna para la viruela del mono?

La vacuna JYNNEOS ha sido aprobada para personas mayores de 18 años para prevenir la viruela del mono. Los expertos creen que la vacuna puede ayudar a proteger a las personas cuando se administra antes de la exposición al virus y reducir el riesgo de infección o enfermedad grave si se administra poco después de la exposición. Sin embargo, no tenemos datos del mundo real sobre qué tanto la vacuna JYNNEOS protege a las personas contra la viruela del mono. Por lo tanto, es importante continuar aplicando otras medidas de prevención, incluso si está vacunado y especialmente si tiene un alto riesgo de desarrollar una enfermedad grave por la viruela del mono. El suministro de vacunas del gobierno federal sigue siendo limitado, pero NYC está abogando por un suministro adicional y espera recibirlo pronto. Para mantenerse al día sobre la disponibilidad de las vacunas, envíe un mensaje de texto con la palabra MONKEYPOX al 692-692 o MONKEYPOXESP para español.

El Departamento de Salud de NYC puede modificar las recomendaciones a medida que la situación evoluciona.

7.28.22 Spanish