

Mpox (viruela del mono): Información para casos

Mpox (monkeypox): Information for cases

Spanish

¿Cuáles son los síntomas de la mpox?

Los síntomas pueden comenzar 7-14 días después de la exposición, si bien pueden empezar antes o demorar hasta 21 días para presentarse.

Algunas personas tienen síntomas tempranos como:

- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Dolor muscular y de espalda
- Escalofríos
- Agotamiento
- Ganglios linfáticos inflamados.

Los síntomas usuales incluyen:

- sarpullidos, lesiones o llagas parecidas a granos, especialmente en áreas que son difíciles de ver, como los genitales, ano o nalgas.
- úlceras, lesiones o llagas en la boca

Las personas con mpox son contagiosas desde el comienzo de sus síntomas hasta cuando todas las llagas han formado costras, las costras se han caído y se ha formado una nueva capa de piel debajo.

La mayoría de las personas con mpox se recuperan dentro de unas semanas sin requerir tratamiento específico.

¿Cómo se propaga la mpox?

Mpox puede propagarse a través de:

- contacto directo de piel a piel con sarpullidos, ampollas o llagas en la piel
- semen y otros fluidos corporales
- objetos contaminados, como ropa de cama o prendas de vestir
- inhalar gotas exhaladas por alguien que tiene mpox, pero esto es poco común.

¿Qué sucede si tengo mpox?

El Centro de Salud Pública (Public Health Unit) de su localidad le hará preguntas para ayudar a detener la propagación de mpox. Con su permiso, el Centro contactará a cualquier persona con quien haya podido estar en contacto mientras estaba contagioso, y tratarán de averiguar dónde pudo haberse contagiado.

Puede que se le pida que se quede en casa y se autoaisle para reducir el riesgo de propagación de la mpox a otras personas.

Su médico o clínico de salud sexual controlará su salud mientras tenga mpox. El tratamiento puede incluir alivio del dolor, cuidado de heridas y, rara vez, medicamentos para tratar la mpox o infecciones bacterianas secundarias. El médico le informará a quién llamar si necesita ayuda los fines de semana o fuera de hora.

Si sus síntomas empeoran o en caso de emergencia, llame al Triple Cero (000) inmediatamente y diga que tiene mpox. Use mascarilla si va a estar cerca de otras personas. Esto incluye viajes en ambulancia, y tiempo en hospital o clínica.

¿Cómo me autoaislo?

El autoaislamiento ayuda a reducir la propagación de mpox al distanciarse de los demás.

Si tiene mpox y necesita autoaislarse, debe:

- quedarse en casa excepto para actividades esenciales. Si necesita salir de casa, use mascarilla y cubra cualquier lesión o llaga expuesta
- trabaje desde casa cuando sea posible. Si no puede trabajar desde casa, hable con su Centro de Salud Pública
- no recibir visitas en su casa
- mantener una distancia de cuando menos 1,5m de otras personas, especialmente de aquellos con riesgo de infección más alto (niños, personas mayores, inmunocomprometidas, y embarazadas)
- dormir en una habitación separada cuando sea posible
- no tener relaciones sexuales
- lavarse las manos con agua y jabón o usar desinfectante de manos a base de alcohol frecuentemente
- limpiar con desinfectante áreas que toca con frecuencia como manijas de puertas e interruptores de luz
- no compartir prendas de vestir, ropa de cama, toallas, platos y cubiertos sin lavar. Si otros deben tocar estos objetos, deben usar guantes y mascarilla.
- evitar contacto con mascotas y otros animales, especialmente mamíferos
- pedir a personas que lo cuidan que usen mascarilla, guantes, bata desechable resistente a líquidos y protección para los ojos. Pregúntele a su médico cómo obtener estos artículos si tiene dificultades.

¿Cuándo puedo dejar el autoaislamiento?

El Centro de Salud Pública o su médico le indicarán cuándo deja de ser contagioso. Después de esto, puede volver a sus actividades normales, pero debe:

- usar condones para cualquier actividad sexual por 12 semanas después de recuperado
- no donar sangre, células, tejidos, leche materna, semen ni órganos por 12 semanas
- limpiar y desinfectar su casa minuciosamente

¿Qué apoyo hay disponible mientras estoy en autoaislamiento?

Es importante que cuide de su mente al igual que de su cuerpo. Siga en contacto con su familia y amigos virtualmente y pida ayuda o apoyo si lo necesita.

- Servicios de apoyo de ACON ([ACON's support services](#)) – 02) 9206 2000: Ofrece una gama de servicios de consejería gratuitos y de bajo costo a adultos LGBTQ+ en NSW
- [QLife](#) – Un servicio nacional anónimo de consejería por teléfono y en línea operado por miembros de la comunidad LGBTQ+. Llame al 1800 184 527
- [NSW Mental Health Line](#) (Línea de Salud Mental de NSW) – 1800 011 511
- [Beyond Blue](#) – 1800 512 348
- [Lifeline](#) – (Línea de Vida): 13 11 14

¿Debería vacunarme contra la mpox si ya la he tenido?

Si ha tenido mpox anteriormente, no necesita recibir una vacuna contra la mpox ahora. Sin embargo, aun debe protegerse para no contagiarse nuevamente. Aprenda más sobre cómo protegerse leyendo la hoja [informativa de mpox](#).

Más información

Lea más información traducida sobre la mpox en el sitio [web de NSW Health](#).

Para recibir asistencia gratuita en su idioma, llame al Servicio de Traducción e Interpretación al 13 14 50.

También puede llamar al Centro de Salud Pública de su localidad al 1300 066 055.