

Reuniones sociales, sexo seguro y viruela del mono

La viruela del mono es una enfermedad causada por un virus (el virus de la viruela del mono) que no es frecuente en Estados Unidos. La viruela del mono puede causar un sarpullido que puede tener el aspecto de granos o ampollas, a veces con una enfermedad similar a la gripe. Mientras los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) trabajan para contener el brote actual y saber más sobre el virus, es importante que cuente con información para que pueda tomar decisiones informadas cuando se encuentre en lugares o situaciones donde se pueda propagar la viruela del mono. A medida que se disponga de nueva información, los CDC seguirán actualizando su sitio web sobre la viruela del mono para ayudarlo a mantenerse informado.

¿Cómo se transmite la viruela del mono?

La viruela del mono puede contagiarse a cualquier persona a través del contacto estrecho y personal, a menudo piel con piel, incluido lo siguiente:

- Contacto directo con el sarpullido de la viruela del mono, las costras o los fluidos corporales de una persona con viruela del mono. Creemos que esta es la forma más común de propagación de la viruela del mono en Estados Unidos.
- Tocar objetos, telas (ropa, sábanas o toallas) y superficies que hayan sido utilizadas por una persona que tiene viruela del mono.
- Contacto con secreciones respiratorias.

Este contacto puede ocurrir durante el contacto íntimo, incluido lo siguiente:

- Sexo oral, anal y vaginal o tocar los genitales (pene, testículos, labios vaginales y vagina) o el ano (orificio del trasero) de una persona que tiene viruela del mono.
- Abrazos, masajes y besos.
- Contacto prolongado cara a cara.
- Tocar telas y objetos durante las relaciones sexuales que hayan sido utilizados por una persona que tiene viruela del mono y que no se han desinfectado, como las sábanas, las toallas, los fetiches y los juguetes sexuales.

¿Cuáles son los síntomas de la viruela del mono?

- Puede tener todos o solo algunos de los síntomas de la viruela del mono.
- La mayoría de las personas con viruela del mono tendrán un sarpullido. Algunas personas han desarrollado un sarpullido antes de (o sin) los síntomas de la gripe.
- Los síntomas de la viruela del mono suelen comenzar en las 3 semanas siguientes a la exposición al virus.
 - Los síntomas gripales pueden incluir fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares y de espalda, dolor de garganta, tos, inflamación de los ganglios linfáticos, escalofríos o cansancio.
 - Si una persona tiene síntomas parecidos a los de la gripe, normalmente desarrollará un sarpullido entre 1 y 4 días después.
- El sarpullido puede estar en los genitales o el ano, o cerca de ellos, pero también puede aparecer en otras zonas como las manos, los pies, el pecho o la cara.
 - El sarpullido pasará por varias etapas, incluidas las costras, antes de curarse.
 - El sarpullido puede tener el aspecto de granos o ampollas y puede doler o picar.
 - El sarpullido también puede estar dentro del cuerpo, incluida la boca, la vagina o el ano.



La viruela del mono puede contagiarse desde el momento en que comienzan los síntomas hasta que el sarpullido se ha curado, se han caído todas las costras y se ha formado una nueva capa de piel. Esto puede llevar varias semanas.

¿Qué están analizando los investigadores?

- Si el virus puede propagarse cuando alguien no tiene síntomas.
- Si el virus puede estar presente en el semen, los flujos vaginales y la materia fecal (excremento).
- La eficacia de las actuales vacunas contra la viruela para prevenir la enfermedad de la viruela del mono.



¿Cómo una persona puede reducir la probabilidad de contraer la viruela del mono en lugares como *raves*, fiestas, clubes y festivales?

Cuando piense en lo que debe hacer, busque información en fuentes de confianza como el departamento de salud local. En segundo lugar, considere el grado de contacto personal y estrecho con la piel que probablemente se produzca en el evento al que piensa asistir. Si tiene náuseas o un sarpullido, no asista a ninguna reunión y consulte a un profesional sanitario.



- Los festivales, eventos y conciertos en los que los asistentes están completamente vestidos y es poco probable que haya contacto piel con piel son más seguros. Sin embargo, los asistentes deben ser conscientes de las actividades (como besarse) que pueden propagar la viruela del mono.
- Una rave, una fiesta o un club donde se usa poca ropa y donde hay un contacto directo y personal, a menudo piel con piel, tienen cierto riesgo. Evite tocar cualquier sarpullido que vea en otras personas y considere minimizar el contacto piel con piel.
- En los espacios cerrados, como los cuartos traseros, las saunas, los clubes de sexo o las fiestas sexuales privadas y públicas donde se produce un contacto sexual íntimo, a menudo anónimo, con varias parejas, puede haber una mayor probabilidad de propagar la viruela del mono.

¿Cómo una persona puede reducir su riesgo durante las relaciones sexuales?

Hable con su pareja sobre cualquier enfermedad reciente y esté atento a cualquier sarpullido nuevo o inexplicable en su cuerpo o en el de su pareja, incluidos los genitales y el ano. Si usted o su pareja estuvieron enfermos recientemente, tienen náuseas actualmente o tienen un sarpullido nuevo o inexplicable, no tengan relaciones sexuales y consulten a un profesional sanitario.

Si usted o su pareja tienen viruela del mono, la mejor manera de protegerse a sí mismos y a los demás es evitar las relaciones sexuales de cualquier tipo (orales, anales, vaginales) y no besar ni tocar el cuerpo de la otra persona mientras esté enfermo, especialmente cualquier sarpullido. No comparta objetos como toallas, fetiches, juguetes sexuales o cepillos de dientes.

Si usted o su pareja tienen (o creen que pueden tener) viruela del mono y deciden mantener relaciones sexuales, tenga en cuenta lo siguiente para reducir la probabilidad de contagiar el virus:

- Tenga sexo virtual sin contacto en persona.
- Mastúrbense juntos a una distancia de al menos 6 pies (2 metros), sin tocarse y sin tocar ningún sarpullido.
- Considere la posibilidad de mantener relaciones sexuales con la ropa puesta o cubriendo las zonas en las que se encuentra el sarpullido para reducir al máximo el contacto -- piel con piel. Si el sarpullido se limita a los genitales o al ano, los preservativos pueden ayudar; sin embargo, es probable que los preservativos por sí solos no sean suficientes para prevenir la viruela del mono.
- Evite los besos.
- Acuérdesse de lavarse las manos, los fetiches, los juguetes sexuales y cualquier tela (sábanas, toallas, ropa) después de tener relaciones sexuales.
- Tener varias parejas sexuales o anónimas puede aumentar las probabilidades de exposición a la viruela del mono. Limitar el número de parejas sexuales puede reducir la posibilidad de exposición.
- Evite tocar el sarpullido. Si toca el sarpullido, se puede extender a otras partes del cuerpo y puede retrasar la curación.

¿Qué debe hacer una persona si tiene un sarpullido nuevo o inexplicable u otros síntomas?

- Evite tener relaciones sexuales o intimidad con cualquier persona hasta que lo haya examinado un profesional sanitario.
- Si no tiene un médico o seguro médico, acuda a un centro de salud público cercano.
- Cuando asista a una cita con un profesional sanitario, use mascarilla y recuérdese que este virus circula por la zona.
- Evite las reuniones, especialmente si implican un contacto estrecho y personal, piel con piel.
- Piense en las personas con las que ha tenido un contacto estrecho, personal o sexual durante los últimos 21 días, incluidas las personas que ha conocido a través de aplicaciones de citas. Para ayudar a detener la propagación, es posible que se le pida que comparta esta información si le han diagnosticado viruela del mono.