

Reuniones sociales, sexo seguro y viruela símica

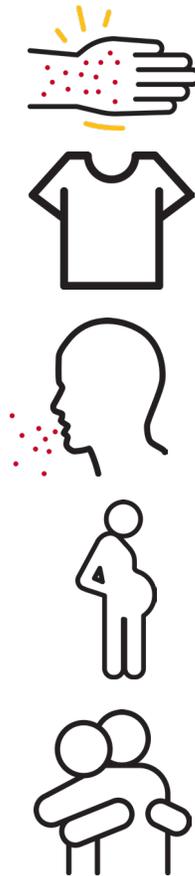
¿Qué es la viruela símica?

La viruela símica es una infección que puede generar un malestar, como sarpullidos (viruela), en ocasiones similar al de una gripe. El virus se contagia por el contacto cercano o directo entre personas, lo que incluye las relaciones sexuales. Aquí encontrará la información más reciente para poder tomar decisiones informadas y cuidar su salud en los lugares donde podría haber contagio de viruela símica.

¿Cómo se contagia?

La viruela símica se puede contagiar a cualquier persona a través del contacto cercano, directo o piel a piel, lo que incluye lo siguiente:

- ▶ Contacto directo o piel a piel con sarpullidos, llagas o costras de alguien que tiene viruela símica. Los expertos en salud afirman que esta es la forma más común de contagio de la viruela símica en este momento en EE. UU.
- ▶ Contacto directo con elementos como ropa, sábanas o toallas que una persona con viruela símica haya usado.
- ▶ Contacto cercano con microgotas respiratorias o saliva a través de besos y el contacto cara a cara prolongado con una persona con viruela símica.
- ▶ Las embarazadas pueden transmitir el virus al feto durante el embarazo.



Estos contactos pueden ocurrir en las siguientes situaciones:

- ▶ Sexo oral, anal y vaginal o al tocar los genitales (pene, testículos, labios y vagina) o el ano de una persona con viruela símica.
- ▶ Abrazos, masajes y besos.
- ▶ Contacto durante las relaciones sexuales con telas y objetos que una persona con viruela símica haya usado previamente y no se hayan desinfectado, como sábanas, toallas, objetos de fetiche y juguetes sexuales.

¿Cómo NO se contagia?

- ▶ No hay datos para afirmar que el virus permanece en el aire ni que se contagia durante períodos breves en los que se comparte el mismo aire con una persona que tiene viruela símica.
- ▶ No se ha demostrado que se contagie por hablar brevemente o pasar por al lado de alguien infectado, ni por tocar objetos como picaportes.

¿Cuáles son los síntomas?

- ▶ Los síntomas de la viruela símica suelen aparecer dentro de las dos semanas siguientes al contacto con el virus.
- ▶ A la mayoría de las personas que tienen viruela símica les salen sarpullidos o llagas. En algunos casos, los sarpullidos o las llagas aparecen antes de los síntomas similares a los de la gripe o sin que estos aparezcan.
 - Algunos síntomas similares a los de la gripe pueden ser fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular y de espalda, glándulas inflamadas, escalofríos o fatiga.
 - El sarpullido o las llagas pueden aparecer en las manos, los pies, el pecho, la cara, el pene, o en la boca, la vagina o el ano, ya sea por dentro o por fuera.
 - Las llagas pueden parecer granos o ampollas, y pueden doler o picar. Pasan por varias etapas antes de curarse, entre ellas la etapa de costras.
- ▶ La viruela símica se puede contagiar desde el momento en que aparecen los síntomas hasta que todas las llagas, incluso en la etapa de costras, se hayan curado y se haya formado una capa nueva de piel. Esto puede llevar varias semanas.

¿Cómo se pueden reducir las probabilidades de contagiarse viruela símica en reuniones en las que hay contacto cercano, directo o piel a piel, como eventos de música electrónica, fiestas, discotecas y festivales?

- ▶ Es muy importante vacunarse para prevenir el contagio de esta enfermedad. La vacuna podría prevenir que la enfermedad sea grave, que se necesite una internación e incluso podría prevenir la muerte. Colóquese ambas dosis de la vacuna para obtener la mejor protección. Consulte a su médico si la vacuna contra la viruela símica es recomendable para usted.
- ▶ Tenga en cuenta el nivel de contacto directo o piel a piel que puede haber en cualquier reunión o evento.
- ▶ Las reuniones o eventos en los que las personas están completamente vestidas y no se espera que haya contacto piel a piel son más seguros (menos probabilidades de contagios de viruela símica). Sea consciente de que las actividades como besos, abrazos, masajes o relaciones sexuales podrían contagiar la viruela símica.
- ▶ En las reuniones en las que se usa poca ropa y hay contacto directo, personal y piel a piel, hay cierta probabilidad de contagio de viruela símica. Evite el contacto con cualquier sarpullido o llaga que vea en otras personas y minimice el contacto piel a piel siempre que pueda.
- ▶ En los lugares en los que se usa poca o nada de ropa y podrían tener lugar relaciones sexuales, como salas traseras, saunas o clubes sexuales, hay más probabilidades de contagio de viruela símica.

¿Cómo reducir las probabilidades de contraer viruela símica durante las relaciones sexuales?

- ▶ Cuénteles a su pareja sobre cualquier enfermedad reciente.
- ▶ Esté atento a la aparición de llagas o sarpullidos en su cuerpo o el de su pareja, incluso en la zona de los genitales (pene, testículos, labios y vagina) y en el ano.
- ▶ Si tanto usted como su pareja han estado enfermos recientemente, se sienten enfermos ahora o encuentran un sarpullido o llaga, eviten tener contacto personal directo, lo que incluye el sexo oral, anal o vaginal, y consulten al médico.
- ▶ Si usted o su pareja tienen viruela símica, la mejor manera de protegerse y de proteger a los demás es no tener contacto personal directo, lo que incluye el sexo oral, anal o vaginal, mientras tengan la infección, especialmente si alguno tiene algún sarpullido o llaga. No compartan elementos como sábanas, toallas, objetos de fetiche, juguetes sexuales o cepillos de dientes.

Si usted o su pareja tienen (o creen que pueden tener) viruela símica y deciden tener relaciones, estas son algunas maneras de reducir la probabilidad de contagiar el virus:

- ▶ Tener sexo virtual sin contacto en persona.
- ▶ Masturbarse juntos a una distancia de al menos seis pies, sin tocarse.
- ▶ Tener sexo con la ropa puesta o de manera que cubra cualquier sarpullido o llaga para reducir el contacto piel a piel.
- ▶ Evitar besarse.
- ▶ Lavarse las manos, los objetos de fetiche, los juguetes sexuales y cualquier tela (sábanas, toallas o ropa) después de tener relaciones sexuales. Puede obtener consejos útiles sobre cómo limpiar juguetes sexuales en tinyurl.com/ybstmemu.
- ▶ Limitar la cantidad de parejas sexuales para así reducir las probabilidades de contagio de viruela símica.

Si se siente mal o tiene algún sarpullido o llaga, **no asista a ninguna reunión** y consulte a su médico. Si no tiene un proveedor de servicios de salud o seguro médico, ingrese a health.maryland.gov/CSTIP/local para buscar un departamento de salud cercano.

Si un médico le ha dicho que tiene viruela símica, es posible que le pregunten con qué personas ha tenido contacto cercano, directo o sexual en los últimos 21 días. El objetivo es contribuir a que la viruela símica no se siga propagando.

