

Comprendiendo el mpox:

Cómo detener la propagación

Datos rápidos:

Recuerda, los síntomas del mpox incluyen*:



Fiebre



Escalofríos



Ganglios linfáticos inflamados



Erupción con granos, ampollas y úlceras**



Fatiga



Dolores musculares



Dolor de cabeza



Síntomas respiratorios



Dolor de garganta



Tos



Lesiones en la piel



Dolor de espalda

* Esté atento a los síntomas durante 21 días desde la última exposición. Algunas personas pueden contagiar mpox a otras de 1 a 4 días antes de que aparezcan los síntomas.

** Una persona con mpox puede contagiar el virus desde el inicio de los síntomas hasta que la erupción se cure completamente.

Creo que tengo mpox, ¿qué debo hacer?



Consulta a tu médico

Te ayudará a confirmar el diagnóstico.



Quédate en casa

Si es posible, aíslate de los demás en tu hogar.



Lava tus manos

Frecuentemente con agua y jabón, especialmente antes o después de tocar tus llagas.



Usa una mascarilla

Esta es una manera sencilla de ayudar a proteger a los demás.



Evita tocar artículos compartidos

El virus se propaga fácilmente a través del contacto directo con superficies.



Mantén la piel seca

Cubre las llagas solo cuando estés cerca de otras personas para mantener la piel seca.



Aumenta la ventilación

Abrir ventanas y usar purificadores de aire en la habitación ayuda a diluir el aire.



Desinfecta

Limpa frecuentemente los espacios compartidos y evita tocar artículos compartidos. *Recuerda lavarte las manos después de hacer esto.*



Toma medicamentos de venta libre

Analgésicos de venta libre como paracetamol o ibuprofeno. *Recuerda seguir siempre las recomendaciones de tu médico.*



Realiza enjuagues de agua salada

Para llagas en la boca.



Toma baños

Baños de asiento o baños tibios con bicarbonato de sodio o sales de Epsom pueden ayudar con las llagas en el cuerpo.

Sí



Únete a nosotros

COMMIT TO

CARE

COMMUNITY. AWARENESS. RESPONSIBILITY. EQUITY.



No:

✗ Reientes las ampollas ni te rasques las úlceras.

Esto puede ralentizar la curación y propagar la erupción.

✗ Asistas a eventos grandes o visitar lugares concurridos.

Recuerda, el mpox es altamente infeccioso, tiene un período de incubación largo y puede propagarse a través del contacto o la inhalación de partículas virales.

✗ Te afeites las áreas con úlceras.

Espera hasta que las costras hayan sanado y haya piel nueva debajo.

✗ Tengas encuentros íntimos.

Evita los encuentros íntimos hasta que las lesiones hayan sanado y las costras se hayan caído.

Prevenir la propagación del mpox



Quédate en casa

Si es posible, aíslate de los demás en tu hogar hasta que las lesiones hayan sanado y las costras se hayan caído.



Cubre las lesiones y reduce el contacto físico

Usa una mascarilla médica cuando estés cerca de otras personas.



Evita los encuentros íntimos

Si bien los condones reducen el riesgo, no previenen la propagación de piel a piel o de boca a piel.



Vacúnate contra el mpox

Dentro de los 4 días posteriores al contacto (hasta 14 días si no hay síntomas).



Recuerda, la atención temprana y la prevención son cruciales.



Mantente informado.

Cuídate mientras cuidas a los demás.

Únete a nosotros

COMMIT TO
CARE
COMMUNITY. AWARENESS. RESPONSIBILITY. EQUITY.

