



Orientación para personas que han estado expuestas a Mpox

Esta guía es para personas que han estado en contacto cercano con mpox. Es importante seguir esta guía para protegerse y reducir la propagación de mpox.

¿Cómo se propaga Mpox?

Mpox se puede transmitir a otra persona a través del contacto cercano de piel con piel con las lesiones, erupciones cutáneas, costras o fluidos corporales de una persona con mpox. Puede transmitirse mediante exposición prolongada cara a cara a las gotitas respiratorias de una persona con mpox. También se puede transmitir al tocar objetos, superficies y telas (p. ej., ropa, ropa de cama y toallas) que haya usado alguien con mpox y que aún no se hayan limpiado. Si bien es menos probable, es posible que la mpox se transmita a través de un animal salvaje o una mascota infectada. Una persona con mpox se considera infecciosa para los demás tan pronto como comienzan los síntomas y sigue siendo contagiosa hasta que todas las lesiones de la piel hayan sanado, las costras se hayan caído y se haya formado una nueva capa de piel. Esto suele tardar entre 2 y 4 semanas. Los objetos, superficies y telas pueden permanecer contaminados hasta que se limpien y desinfecten adecuadamente.

¿Qué debo hacer si he estado expuesto a alguien con Mpox?

Vigila tu salud. Los síntomas suelen comenzar entre 7 y 14 días (y a veces hasta 21 días) después de la exposición. Si presenta síntomas (ver más abajo), comuníquese con su proveedor de atención médica y prepárese para aislarse en casa y lejos de los demás.

Vacúnese si estuvo expuesto a alguien con mpox confirmado y no experimenta ningún síntoma.

Recomendamos vacunarse lo antes posible después de la exposición. La vacunación dentro de los 4 días (pero hasta 14 días después) de la exposición puede ayudar a prevenir la infección por mpox o disminuir significativamente la gravedad de la infección, en caso de contraer mpox. La vacuna mpox, JYNNEOS, es una vacuna de dos dosis. Se debe administrar una segunda dosis 4 semanas después de recibir la primera dosis.

Dado que el suministro de vacunas sigue siendo limitado, damos prioridad a quienes nunca han recibido una dosis de Jynneos o necesitan una segunda dosis. Si cumple con los criterios de elegibilidad, complete nuestro formulario de Solicitud de vacunación de Jynneos [aquí](#) o visite bit.ly/3Z41M8i.

¿Cuáles son los signos y síntomas a los que debo prestar atención?

El síntoma más común de mpox es el salpullido

- Una erupción de mpox a menudo pasa por varias etapas antes de sanar. En varios puntos puede aparecer como manchas rojas planas, protuberancias, granos, ampollas llenas de líquido o pus, o costras.
- Una erupción de mpox puede limitarse a un área o extenderse por todo el cuerpo. También es posible que solo tenga unos pocos bultos o ampollas aisladas. Estas lesiones y erupciones pueden ocurrir en o cerca de los genitales (p. ej., pene, testículos, labios y vagina), ano, boca, cara, pecho, manos o pies.
- Las erupciones también pueden ser dolorosas y/o causar picazón, particularmente aquellas ubicadas dentro de la boca o el ano.

Los síntomas parecidos a los de la gripe también son comunes. Estos síntomas probablemente preceden a la erupción de 1 a 4 días o ocurren junto con la erupción durante



Orientación para personas que han estado expuestas a Mpox

¿Tengo que evitar alguna actividad?

Si no tiene ningún signo o síntoma de mpox (ver arriba), no necesita ponerse en cuarentena con otras personas. Puede continuar con sus actividades diarias (por ejemplo, ir al trabajo y a la escuela). Sin embargo, no done sangre, células, semen, tejidos, órganos ni leche materna durante un período de 21 días después de su última exposición.

¿Qué debo hacer si desarrollo signos o síntomas de Mpox?

Si comienza a desarrollar algún signo o síntoma y cree que puede tener mpox, llame a su proveedor de atención médica. Su proveedor de atención médica lo evaluará y, según su evaluación, tomará una muestra de su sarpullido para analizarlo. Actualmente no hay pruebas caseras disponibles para mpox. Si no tiene un proveedor de atención médica, comuníquese con la línea de información de salud pública de la ciudad de Long Beach al (562) 570-7907 para obtener ayuda.

¿Qué debo hacer si me diagnostican Mpox?

Si le han diagnosticado o se sospecha que tiene mpox, se le recomienda aislarse en casa y lejos de los demás. Si se encuentra sin hogar, comuníquese con (562) 570-4302.

Las instrucciones de aislamiento para personas con mpox pueden consultar [Instrucciones de aislamiento para personas con Mpox](#). Si le diagnostican mpox, también es fundamental que se comunique lo antes posible con todas las personas con las que haya tenido contacto cercano, íntimo y/o prolongado desde que comenzaron sus síntomas.

Para mas informacion:

Llame a su proveedor de atención médica si tiene alguna pregunta relacionada con su salud. Si no tiene un proveedor de atención médica o si tiene alguna pregunta sobre esta guía, llame al 562.570.7907 o visite nuestro sitio web www.longbeach.gov/mpox