

Mpox (Viruela símica)

¿Qué es la mpox (viruela símica o viruela del mono)?

La mpox es una enfermedad que se propaga entre personas y es causada por el virus de la mpox. Esta enfermedad, que antes sólo era común en algunas regiones, ahora se está propagando por todo el mundo. Las personas infectadas pueden presentar salpullido, fiebre, dolor de cabeza y cuerpo. Algunas personas también tienen dolor de garganta y tos, y se sienten muy débiles y cansadas.

El salpullido aparece en forma de ampollas llenas de líquido. Normalmente las ampollas aparecen primero en la lengua o boca y luego se extienden a otras partes del cuerpo, incluyendo la cara, las palmas de las manos, los brazos, las plantas de los pies y los genitales. Aparece sobre todo en los brazos y piernas, pero puede aparecer en cualquier parte del cuerpo. Una persona puede tener mpox hasta 2 semanas antes de presentar síntomas.



La mayoría de las personas que contraen la mpox se recuperan en un periodo de 2 a 4 semanas. El salpullido es doloroso y da mucha comezón, luego revienta y se hace costra. Si se rasca, el salpullido puede infectarse, lo que hará que se tarde más en sanar y deje cicatrices.

¿Cómo se propaga la mpox?

El virus de la mpox puede entrar al cuerpo a través de los ojos, la nariz, la boca, o una cortada, rasguño o grieta en la piel. El virus se propaga cuando el líquido que sale del salpullido pasa de una persona a otra. Incluso las costras más secas y duras pueden contener el virus infeccioso. La mpox se contagia por:

- **Contacto directo.** Tocar a una persona que tiene mpox, lo que incluye saludar de mano, abrazar, besar, bailar, tener relaciones sexuales y dar masaje.
- **Contacto indirecto.** Compartir sábanas, toallas, ropa, cubiertos, teléfonos celulares, pantuflas y otros objetos que entran en contacto con el líquido del salpullido de una persona que tiene mpox.

La mpox también puede entrar al cuerpo por medio de la respiración (al toser, estornudar y respirar) si una persona pasa mucho tiempo (3 horas o más) muy cerca de una persona infectada con el virus.

¿Quiénes pueden infectarse de mpox?

Cualquier persona puede infectarse en un lugar donde haya un brote de mpox. Las niñas, los niños y las personas con sistemas inmunitarios debilitados tienen mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa de este virus. Las personas que están vacunadas contra el virus de la viruela (que es parecido al virus de la mpox, pero mucho peor), tienen menos probabilidades de contraerlo.

Tratamiento

La mpox se puede tratar en casa, descansando y tomando muchos líquidos, y se cura por sí misma en un periodo de 2 a 4 semanas. Tomar paracetamol (acetaminofén) puede reducir la fiebre y el dolor que produce el salpullido. Para calmar la comezón:

- Lave el salpullido con agua fría o con agua de avena.
- Seque la piel sin frotarla. No hay problema si la piel queda húmeda.
- Aplique loción de calamina varias veces al día. Si la comezón es severa, aplique crema de hidrocortisona al 1% sobre la piel.
- Aplique aceite de neem para aliviar la inflamación de la piel.
- Deje que la piel se seque al aire libre. Si está con otras personas, use ropa holgada que mantenga el salpullido ventilado pero cubierto.



Busque atención médica de emergencia si la infección se propaga a los ojos o dentro de los genitales o el ano, o si tiene fiebre alta (de más de 39.4°C/ 103°F en adultos, o más de 38.9°C/ 102°F en niños) y las medicinas para la fiebre no ayudan a reducirla.

Las vacunas y la desigualdad en el acceso

- Las dos vacunas que protegen contra la viruela, llamadas ACAM2000 y JYNNEOS (también conocida como Imvamune o Imvanex), pueden proteger contra la mpox. Las personas con sistemas inmunitarios debilitados, que tienen eczema o están embarazadas no debe usar la vacuna ACAM2000.
- Las personas que viven y trabajan en situaciones de hacinamiento en comunidades donde hay un brote y el personal de salud que trata a personas infectadas con mpox necesitan vacunarse. Los países ricos están comprando y abasteciéndose de estas vacunas. Pero estas deben distribuirse a todas las personas que más las necesitan, en lugar de reservarse para las personas que tienen más dinero.



Cómo prevenir la propagación de la mpox

- Las personas con mpox deben aislarse de los demás hasta que se les hayan caído todas las costras por completo.
- Si va a tener contacto directo prolongado con una persona que tiene mpox, use un cubrebocas limpio y seco que cubra su boca y nariz por completo.
- Use guantes para proteger sus manos cuando lave la ropa y las sábanas de una persona que tiene mpox. Evite sacudir la ropa sucia. Lave la ropa y sábanas de la persona infectada por separado, y use detergente y agua caliente si es posible. Seque directamente al sol. Deseche los guantes de forma adecuada, ya que pueden estar contaminados.
- Lave los cubiertos para comer con agua caliente y jabón. No los comparta con nadie.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón o use un desinfectante para manos a base de alcohol. Siempre lávese las manos cuando llegue a casa, después de ir al baño, antes de comer y después de toser, estornudar o limpiarse la nariz. Evite tocarse la cara sin antes lavarse las manos.



El personal de salud que cuida de personas que tienen el virus de la mpox debe usar equipo de protección personal, tal como caretas, guantes, cubrebocas, y batas o delantales cuando entren en contacto directo con estos pacientes por largos periodos de tiempo.