

Qué hacer si es un contacto cercano de alguien que tiene viruela símica o del mono



Enlace a la versión accesible: <https://espanol.cdc.gov/poxvirus/monkeypox/prevention/close-contact.html>

Si le han notificado que usted es un contacto cercano de alguien con viruela símica o del mono, es importante que tome medidas para proteger su salud y la salud de los demás. La notificación a los contactos cercanos podría hacerla un profesional de salud pública del departamento de salud estatal, tribal, local o territorial o, directamente, alguien con quien tuvieron contacto cercano mientras esa persona tenía síntomas de viruela símica o del mono. Las personas expuestas a los virus de la viruela símica o del mono pueden seguir haciendo sus actividades normales (p. ej., ir al trabajo o escuela) si no tienen signos o síntomas de la enfermedad.

¿Quién es un contacto cercano?

Contacto cercano es cualquier persona que estuvo expuesta a alguien con síntomas de viruela símica o del mono al:

- Tener relaciones sexuales; sean orales, anales o vaginales.
- Tocar o tener contacto cercano con el sarpullido de una persona con viruela símica o del mono.
- Recibir abrazos, caricias, besos o tener otro tipo de contacto prolongado de piel a piel.
- Compartir vasos, tazas, cubiertos, toallas, ropa, ropa de cama, mantas u otros objetos y materiales con alguien con viruela símica o del mono.

Tome estas medidas lo antes posible

1 Esté atento a si presenta síntomas de viruela símica o del mono por 21 días a partir de su última exposición.

Las personas con viruela símica o del mono pueden presentar un sarpullido en cualquier parte del cuerpo, como los genitales, el ano (el agujero del trasero), las manos, los pies, el pecho, la cara o la boca.

- El sarpullido pasará por varias etapas, que incluyen la formación de costras, antes de sanar.
- El sarpullido puede tener la apariencia de granos o ampollas al principio y ser doloroso o causar picazón.



Otros síntomas de viruela símica o del mono pueden incluir:

- Fiebre
- Escalofríos
- Inflamación de los ganglios linfáticos
- Agotamiento
- Dolores musculares y de la espalda
- Dolor de cabeza
- Síntomas respiratorios (p. ej., dolor de garganta, congestión nasal o tos)

Usted podría tener todos o solo algunos síntomas.

- A veces las personas presentan síntomas similares a los de la influenza antes del sarpullido.
- Algunas personas presentan el sarpullido primero y luego otros síntomas.
- Otras solo presentan el sarpullido.

Seguir a la siguiente página →

2 Considere vacunarse.

- Los contactos cercanos de alguien que tiene viruela símica o del mono pueden vacunarse para prevenir la enfermedad o hacer que sea menos grave.
- Vacunarse lo antes posible después de la exposición a alguien con viruela símica o del mono (dentro de los 14 días, pero idealmente dentro de los primeros 4) proporciona la mejor probabilidad de prevenir la enfermedad o de hacerla menos grave.
- Si necesita ayuda para decidir si debería vacunarse hable con un proveedor de atención médica o comuníquese con su departamento de salud local. Ellos lo pueden ayudar a determinar si se debería vacunar.
- Obtenga más información sobre la vacunación contra la viruela símica o del mono, incluso sobre quiénes deben vacunarse, dónde vacunarse, el costo y más.



3 Si usted tiene un sarpullido nuevo o sin causa aparente, u otros síntomas de viruela símica o del mono, consulte a un proveedor de atención médica.

Si no tiene un proveedor de atención médica o seguro médico, comuníquese con su departamento de salud local para averiguar cómo obtener servicios médicos en su comunidad.

- Manténgase alejado de otras personas y no comparta las cosas que haya usado o tocado hasta que haya visto a un proveedor de atención médica.
- Antes de ir a ver al proveedor de atención médica, cubra todo el sarpullido con ropa, guantes o vendas, póngase una mascarilla y avísele que podría tener viruela símica o del mono.
- No se toque ni rasque el sarpullido. Esto puede propagar el sarpullido a otras partes del cuerpo, aumentar la probabilidad de transmitir el virus a otros y posiblemente provocar infecciones bacterianas en las lesiones abiertas.



Su proveedor de atención médica lo ayudará a decidir si necesita hacerse una prueba de viruela símica o del mono. En la actualidad, las pruebas se recomiendan solamente si tiene un sarpullido indicativo de viruela símica o del mono. Solo los proveedores de atención médica pueden ordenar estas pruebas. Su proveedor de atención médica podría tomarle una muestra y enviarla al laboratorio para su análisis, o podría decirle que vaya directamente al laboratorio para que le tomen la muestra y la analicen.

- Si el resultado es positivo, siga las recomendaciones de su proveedor de atención médica.
- Lávese las manos con frecuencia y trate de no tocarse los ojos.
- Manténgase en un lugar alejado de los demás hasta que el sarpullido haya sanado, las costras se hayan caído y se haya formado una capa nueva de piel sana.
- Si tiene la necesidad de estar alrededor de otras personas, cúbrase todas las lesiones por completo, use una mascarilla que se ajuste bien a su cara, y limpie y desinfecte su área de estar con frecuencia.
- Debe intentar evitar el contacto con las personas que tengan más probabilidades de enfermarse gravemente —como los niños de menos de 8 años, las personas embarazadas y las personas que tengan el sistema inmunitario debilitado o ciertas afecciones de la piel— y con las mascotas.
- Es importante que les avise lo antes posible a sus contactos cercanos que podrían haber estado expuestos a la viruela símica o del mono.



Visite la página web del departamento de salud local para obtener más información sobre la viruela símica o del mono.



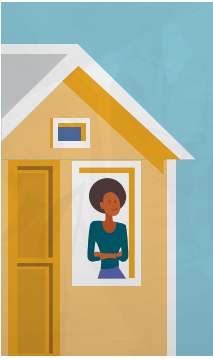
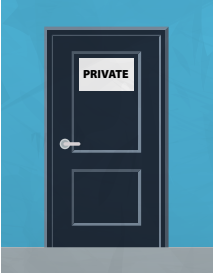
Si tiene viruela símica o del mono:

Cómo prevenir su propagación a los demás



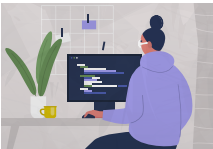



Si tiene viruela símica o del mono, se le recomienda quedarse en casa (aislarse) hasta que el sarpullido haya sanado y se haya formado una nueva capa de piel. Mantenerse alejado de otras personas y no compartir las cosas que haya tocado con otros ayudará a prevenir la propagación de la viruela símica o del mono. La viruela símica o del mono también puede propagarse a animales, así que es importante que se mantenga alejado de las mascotas, el ganado y otros animales.

No todas las personas tienen la misma capacidad o los mismos recursos para quedarse en casa por un periodo largo. La tabla a continuación proporciona opciones para cómo prevenir la propagación de la viruela símica o del mono a otras personas, organizada según el riesgo de propagación. Cuando sea posible, las opciones de mayor riesgo deberían evitarse, y las opciones de menor riesgo deberían seguirse.

Situación*	Riesgo más bajo	Riesgo intermedio	Riesgo más alto
Área en que vive 	Permanezca solo en una casa o donde solo haya otras personas con viruela símica o del mono. Cubra los muebles tapizados y los materiales porosos que no puedan lavarse con sábanas, mantas, lonas de plástico y otros protectores.	Permanezca en una habitación separada en una casa o un establecimiento lejos de otras personas que no tengan viruela símica o del mono. Cubra todos los muebles tapizados y las superficies porosas con sábanas, mantas, lonas de plástico u otros protectores. Póngase una mascarilla que se ajuste bien a su cara y cubra las lesiones cuando esté cerca de otras personas. Desinfecte las superficies (manijas de las puertas, mesones) entre cada uso.	Comparta espacio con otros pero evite el contacto cercano. No comparta una cama con otra persona. Póngase una mascarilla que se ajuste bien a su cara y cubra las lesiones cuando esté cerca de otras personas. Desinfecte las superficies (manijas de las puertas, mesones) entre cada uso.
Baño 	Use un baño separado que no comparta con otras personas.	Use un baño compartido, pero desinfecte las superficies (mesones, asientos de inodoro, grifos, ducha, bañera) entre cada uso. No comparta toallas, paños u objetos en el baño como cepillos de dientes, o beba del mismo vaso.	Use un baño compartido que se limpie frecuentemente. Limpie los objetos compartidos entre cada uso. No comparta toallas o paños, incluso si se han lavado entre cada uso.

Pase a la página siguiente →

Situación*	Riesgo más bajo	Riesgo intermedio	Riesgo más alto
<p>Artículos compartidos (ropa de cama, ropa, platos, utensilios para comer, etc.)</p> 	<p>No comparta artículos con otras personas.</p>	<p>Lave todos los artículos que usarán otras personas con agua y detergente (o jabón) cuidadosamente después de cada uso.</p>	
<p>Al salir de la casa para conseguir cosas o atención médica</p> 	<p>No salga de su casa (excepto en caso de emergencias).</p> <p>Haga que le envíen todas las cosas a su casa sin tener contacto directo con otras personas.</p>	<p>Solo salga de su casa en caso de emergencias y actividades esenciales usando una mascarilla que se ajuste bien a su cara, y con todas las lesiones completamente cubiertas.</p> <p>Camine, vaya en bicicleta o maneje solo si tiene que salir. Evite el transporte público.</p> <p>Desinfecte los vehículos que haya compartido con alguien.</p> <p>Evite los servicios de vehículos compartidos.</p>	<p>Desempeñe actividades diarias limitadas fuera de la casa con todas las lesiones completamente cubiertas y usando una mascarilla que se ajuste bien a su cara.</p> <p>Evite el transporte público lo mayor posible. Si el transporte público es su única opción, intente evitar horarios de tránsito muy alto y mantener la mayor cantidad posible de distancia entre usted y otros.</p> <p>Si usa servicios de vehículos compartidos, minimice la cantidad de pasajeros en el vehículo, mantenga la mayor cantidad posible de distancia entre usted y el conductor, póngase una mascarilla y abra las ventanas si es posible.</p>
<p>Al trabajar fuera de casa**</p> 	<p>No salga de su casa para trabajar. En su lugar, trabaje desde su casa.</p>	<p>Trabaje en un espacio separado de otras personas con todas las lesiones completamente cubiertas y usando una mascarilla que se ajuste bien a su cara. Limite su tiempo en el lugar de trabajo lo mayor posible. No use espacios compartidos, como salas de descanso, baños comunes, salas de reuniones, etc.</p> <p>Desinfecte las superficies de trabajo después de terminar de trabajar.</p> <p>Camine, vaya en bicicleta o maneje solo si tiene que ir al trabajo. Evite el transporte público.</p> <p>Desinfecte los vehículos que haya compartido con alguien.</p> <p>Evite los servicios de vehículos compartidos.</p>	<p>Mantenga la mayor cantidad de distancia posible entre usted, sus compañeros de trabajo y el público.</p> <p>Póngase una mascarilla que se ajuste bien a su cara y cubra el sarpullido cuando esté cerca de otras personas.</p> <p>Limpie y desinfecte las superficies que podrían usar otras personas en las áreas comunes, como las salas de descanso, los baños, las salas de reuniones, etc.</p> <p>Evite el transporte público lo mayor posible. Cuando esto no sea posible, intente evitar horarios de tránsito muy alto y mantener la mayor cantidad posible de distancia entre usted y otros.</p> <p>Si usa servicios de vehículos compartidos, minimice la cantidad de pasajeros en el vehículo, mantenga la mayor cantidad posible de distancia entre usted y el conductor, póngase una mascarilla y abra las ventanas si es posible.</p>
<p>Si vive con animales</p> 	<p>Evite el contacto con todas las mascotas en la casa u otros animales, especialmente mamíferos.</p>	<p>Minimice acariciar o tocar a las mascotas y otros animales.</p> <p>Si toca animales, mantenga su sarpullido completamente cubierto para evitar que el animal tenga contacto con este.</p> <p>Póngase una mascarilla que se ajuste bien a su cara.</p>	

* Desde el momento en que empiecen los síntomas hasta que el sarpullido se haya sanado completamente y se haya formado una nueva capa de piel.

** Las personas con viruela símica o del mono podrían tener que hablar con su empleador para que se hagan adaptaciones en el trabajo si no pueden quedarse en casa durante el periodo en el que se recomienda el aislamiento.



Reuniones sociales: Infórmese antes de ir

Cuando esté pensando en cómo reducir las probabilidades de contraer la viruela símica o del mono en lugares como “raves”, fiestas, clubes, discotecas, festivales y conciertos:

- Busque información sobre la viruela símica o del mono en su área de fuentes confiables, como el departamento de salud local.
- Considere cuánto contacto cercano, personal, de piel a piel es probable que tenga en el evento al que piensa ir.
- Si se siente enfermo o tiene sarpullido, no vaya a ninguna reunión y vea a un proveedor de la atención médica.



No todas las reuniones sociales son iguales

- Los festivales, eventos y conciertos donde los asistentes están completamente vestidos y es poco probable que tengan contacto de piel a piel son más seguros. Sin embargo, los asistentes deben tener en cuenta las acciones que podrían transmitir la viruela símica o del mono, como besarse.
- Las fiestas, “raves”, clubes o discotecas donde las personas tienen poca ropa y hay contacto directo, personal y, con frecuencia, de piel a piel, presentan cierto riesgo. Evite el contacto con cualquier sarpullido que vea en otras personas y considere minimizar el contacto de piel a piel.
- Los lugares cerrados, como las áreas privadas (*back rooms*), saunas, clubes sexuales o fiestas sexuales privadas y públicas donde se tenga contacto íntimo y, con frecuencia, contacto sexual anónimo con varias personas, podrían presentar una mayor probabilidad de transmisión de la viruela símica o del mono.

¿Qué debe hacer una persona si tiene un sarpullido nuevo o sin causa aparente, u otros síntomas?

- Evite los sitios con muchas personas, especialmente si allí tendría contacto cercano, personal o de piel a piel con otras personas.
- No tenga relaciones sexuales o íntimas con nadie hasta que lo haya examinado un proveedor de atención médica.
- Si no tiene un proveedor de atención médica o seguro médico, vaya a un centro médico público cerca de usted.
- Cuando vea al proveedor de atención médica, póngase mascarilla y recuérdale que este virus está circulando en el área.



Vamos a Hablar Sobre La Viruela del Mono

La Viruela del Mono, o "Monkeypox Virus (MPV)" en inglés, es una enfermedad que causa ronchas y puede ser severo. MPV se puede transmitir por medio de contacto cercano con alguien infectado o con objetos como toallas, ropa, cobijas, etc., de una persona infectada. Trabajadores agrícolas que viven juntos deben ser conscientes de los síntomas de MPV. Es muy importante monitorear los cambios en su cuerpo que puede indicar que se ha desarrollado una infección. Consulte con un profesional médico inmediatamente si empieza a sentir síntomas. Autoaislar es importante si presente síntomas o si dio positivo al virus.

Algunas personas que han sido expuestos al MPV pueden ser elegibles para una vacuna que protege contra el virus. Llame a un profesional médico para más información.

Monkeypox



Escanee este código QR para información del MDHHS acerca de los síntomas, prevención y tratamiento para MPV.



Señas y Síntomas de la Viruela del Mono

- Roncha o llagas, a veces en el área o cerca del área de los genitales o ano y también en otras áreas como las manos, pies, pecho o cara. La roncha pasará por varias etapas. Pueden empezar como "granos", luego ampollas llenas de líquido y luego se hacen costra que eventualmente se caerá.
- Granos/ampollas ubicadas dentro del cuerpo, incluyendo la boca, vagina o ano.
- Fiebre.
- Dolor de cabeza.
- Dolores musculares o dolor de la espalda.
- Inflamación de los ganglios linfáticos.
- Escalofríos.
- Cansancio.

Algunas personas presenten ronchas o llagas primero y luego otros síntomas. Algunas personas solamente presentan ronchas o llagas. MPV es contagioso desde el comienzo del primer síntoma hasta que todas las llagas se hayan curado completamente y una capa fresca de piel se haya formado sobre ellas.

Si empieza tener síntomas, debería hablar con un proveedor de atención médica inmediatamente. Si no tiene un proveedor médico, comuníquese con su departamento de salud local. Para encontrar su departamento de salud local, escanee el código QR.





¿Quien es elegible?

El Healthy Michigan Plan brinda beneficios de atención médica a los residentes de Michigan a un bajo costo para que más personas puedan tener cobertura de atención médica. Las personas son elegibles para el Healthy Michigan Plan si:

- Tiene entre 19 y 64 años
- Tener ingresos iguales o inferiores al 133 % del nivel federal de pobreza* (\$16 000 para una persona soltera o \$33 000 para una familia de cuatro)
- No califica o no está inscrito en Medicare
- No califica o no está inscrito en otros programas de Medicaid
- No estar embarazada en el momento de la solicitud
- Son residentes del Estado de Michigan

*La elegibilidad para Healthy Michigan Plan se determina a través de la metodología de ingreso bruto ajustado modificado.

Tres formas fáciles de aplicar:

- En línea: www.michigan.gov/mibridges
- Teléfono: 1-855-789-5610
- Presencial: temporalmente no disponible debido al COVID-19.

Cobertura:

Con el Healthy Michigan Plan, obtendrá una variedad de beneficios de atención médica. El Healthy Michigan Plan cubre los beneficios de salud esenciales de la ley federal de atención médica, así como otros servicios y beneficios. Esto significa que puede obtener la atención médica que necesita a bajo costo. Con estos beneficios disponibles, nunca ha sido tan fácil proteger su salud. El Healthy Michigan Plan brinda los siguientes servicios:

- Servicios para pacientes ambulatorios
- Servicios de emergencia
- Hospitalización
- Cuidado de la maternidad
- Servicios de tratamiento de trastornos de salud mental y uso de sustancias, incluido el tratamiento de salud conductual
- Medicamentos con receta
- Servicios y dispositivos de rehabilitación y habilitación
- Servicios de laboratorio
- Servicios preventivos y de bienestar y manejo de enfermedades crónicas
- Servicios pediátricos para jóvenes de 19 y 20 años, incluida la atención bucal y de la vista

El Healthy Michigan Plan cubrirá otros servicios médicamente necesarios según corresponda. [El Manual del Plan Healthy Michigan](#) proporciona más información sobre lo que está cubierto.

Questions?

For questions or translations, call **MiChild** at 1-888-988-6300 (TTY: 1-888-263-5897).



Si tiene preguntas o necesita ayuda para traducir, llame a **MiChild** al 1-888-988-6300 (TTY: 1-888-263-5897).



لأسئلتكم واستفساراتكم أو الحصول على خدمات الترجمة، اتصلوا على **MiChild** على الرقم 1-888-988-6300 (لضعاف السمع: 1-888-263-5897)

MiCHILD HEALTHY KIDS



Do you need health care coverage for you or your children?



Apply now on the Internet!
www.michigan.gov/mibridges

How can you find out if you or your children qualify for MiChild or Healthy Kids?

1 You get results the quickest by applying online at www.michigan.gov/mibridges

- Fill out the online application
- Submit the application
- View your results telling you who qualifies

*If you or your family need help with food, shelter, or other daily living expenses, choose **Apply For Multiple Benefits** when you begin your online application.*

or

2 Fill out a paper application (you will get a letter telling you who qualifies)

- Go to www.michigan.gov/mdhhs and print an application, **or**
- Call 1-888-988-6300 and ask for an application to be mailed

It's fast and easy to apply online



MDHHS is an equal opportunity employer, services and program provider.

Find out fast if your family qualifies!



Go to www.michigan.gov/mibridges and find out if your family qualifies

MICHILD



If you have children under age 19,

you may be able to get health and dental care for them through **MiChild**. To qualify, your children must:

- Be under age 19
- Have no other health insurance
- Have a Social Security Number (or have applied for one)
- Live in Michigan, even for a short time
- Be a U.S. citizen or qualified immigrant
- Meet Modified Adjusted Gross Income (MAGI) limits

How much does MiChild cost?

You pay just \$10 a month for your whole family (even if you have more than one child).

HEALTHY KIDS



If you are under age 19, or pregnant

you may be able to get health and dental services for you and your children through **Healthy Kids**. To qualify, you or your children must:

- Be under age 19, or pregnant
- Have a Social Security Number (or have applied for one)
- Live in Michigan, even for a short time
- Be a U.S. citizen or a qualified immigrant
- Meet Modified Adjusted Gross Income (MAGI) limits

How much does Healthy Kids cost?

Healthy Kids is free.

What services do MiChild and Healthy Kids provide?

- Ambulance
- Dental services
- Doctor visits and health check-ups
- Family planning
- Hearing and speech therapy
- Hospital care
- Immunizations (shots)
- Lab and x-ray tests
- Medical supplies
- Medicine
- Mental health services
- Physical therapy
- Prenatal care and support services
- Substance use disorder services
- Surgery
- Vision care
- Well-child visits

Find out fast if your family qualifies!



Visit www.michigan.gov/mibridges and find out if you qualify!

Sobre nosotros

Allegan County Community Links está cerrando la brecha entre individuos, comunidades, salud y sistemas de servicios sociales. Nuestro objetivo es hacer las conexiones que ayudan a la comunidad del condado de Allegan a prosperar.

¿Qué es un trabajador de salud comunitario?

Un trabajador de salud comunitario es un trabajador de salud pública capacitado / certificado que sirve como enlace entre las comunidades, los sistemas de atención médica, los sistemas de servicios sociales y los departamentos de salud estatales.

Qué Hacemos

Los trabajadores de salud comunitarios del condado de Allegan brindan referencias, información sobre los servicios comunitarios disponibles y lo ayudan a obtener los servicios que está buscando.



**Allegan County
Health Department
3255 122nd Avenue, Suite 200
Allegan, MI 49010**

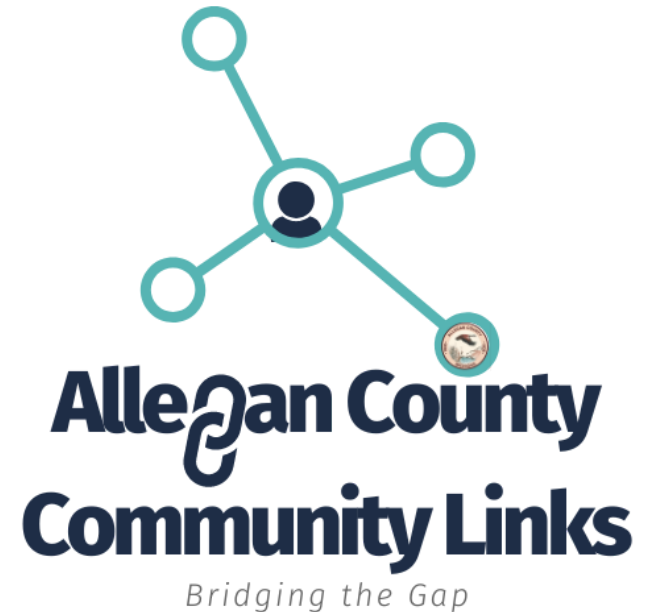
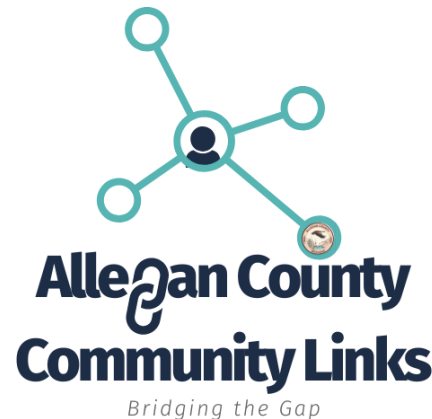


Contáctenos

Teléfono: (269) 673-5411

Correo Electrónico:

communitylinks@allegancounty.org



**Hacer conexiones que
ayuden a nuestra
comunidad a prosperar**

¿A qué servicios conecta Allegan County Community Links a los residentes?

- Necesidades básicas
- Servicios Familiares
- Asistencia de Vivienda
- Servicios Médicos
- Servicios de salud mental
- Asistencia Alimentaria
- Asistencia de transporte
- Recursos educativos
- Recursos de Servicio para Personas Mayores
- Servicios Legales



¿Cómo funciona este programa?

Paso 1:

- Una persona completa nuestro formulario de referencia en línea.

Paso 2:

- Uno de nuestros trabajadores de salud comunitarios se comunica con el individuo y recopila la información necesaria para comenzar a conectarlo con los servicios y recursos que necesita.

Paso 3:

- Nuestro trabajador de salud comunitario hará un seguimiento rutinario con la persona para registrarse y asegurarse de que esté recibiendo lo que necesita.

Escanee el código QR o visite el siguiente enlace para completar nuestro formulario de referencia:



bit.ly/3SUW0jY

Conozca a nuestros trabajadores de salud comunitarios:

**Veronica Rodriguez
&
Regina Love**

Los Trabajadores de Salud Comunitarios Certificados del Departamento de Salud del Condado de Allegan están entusiasmados de ayudar a los miembros de la comunidad a recibir las referencias y los servicios que necesitan trabajando para asegurarse de que todas las referencias se cumplan de manera oportuna.

Para más información:

Visite nuestro sitio web para obtener más información sobre los enlaces comunitarios del condado de Allegan:

www.allegancounty.org/health/community-links

Póngase en contacto con un trabajador de salud comunitario:

communitylinks@allegancounty.org
(269) 673-5411 ext. 4547 o ext. 4550

