

Consejos de salud pública sobre la viruela símica para trabajadores sexuales de ambos sexos

30 de septiembre del 2022

Panorama general

Se está registrando un brote de viruela símica (también conocida como “viruela del mono”) una enfermedad viral infecciosa, en países donde hasta ahora no se había detectado. El riesgo de la viruela símica no se limita a ninguna comunidad ni a ningún lugar. Cualquier persona que tenga contacto estrecho con alguien que esté en estado infeccioso está en riesgo.

En estos países que se están viendo afectados por primera vez se han detectado casos en grupos de hombres homosexuales y bisexuales, y de otros hombres que tienen relaciones sexuales con hombres y que han tenido relaciones sexuales recientemente con una o más parejas nuevas. Los grupos de personas transexuales y de personas con identidades de género diverso vinculadas a las mismas redes sexuales también se han visto afectados.

Sabemos que esta epidemia tiene consecuencias, sobre todo para las personas enfermas, sus parejas, sus familiares y su entorno, así como para las personas que, como los trabajadores sexuales masculinos, femeninos y transgénero, realizan actividades que entrañan el contacto estrecho con otras personas. Muchos trabajadores sexuales sufrirán dificultades económicas si no pueden trabajar por tener que evitar el contacto estrecho con los clientes que tienen viruela símica o por tener que aislarse porque ellos mismos tienen la enfermedad o hay sospecha de que podrían tenerla. Este problema puede ser especialmente grave si las autoridades no les ofrecen protección social y ayudas económicas.

Algunas organizaciones dirigidas por trabajadores sexuales establecieron esquemas de ayuda mutua durante la pandemia de COVID-19. Tal vez se puedan establecer programas similares en su país si estas organizaciones comienzan a crear fondos de respuesta de emergencia cuando una crisis de salud impida que los trabajadores sexuales se ganen la vida. Es fundamental reconocer, establecer y dar a conocer estos programas para crear condiciones en las que los trabajadores sexuales puedan protegerse de la transmisión a sí mismos y a los demás.

Cómo utilizar este documento

Este documento proporciona orientaciones de salud pública para que los trabajadores sexuales de todos los géneros se protejan a sí mismos y a los demás de la viruela símica. Las orientaciones están dirigidas a los trabajadores sexuales, las organizaciones de estos trabajadores, los líderes comunitarios, los activistas, los trabajadores de la salud (sobre todo a los que prestan servicios de salud sexual) y las organizaciones que trabajan para promover la salud de los trabajadores sexuales.

La información contenida en este documento se puede utilizar en debates comunitarios formales e informales, en sesiones informativas y en actividades educativas para trabajadores sexuales sobre el modo de protegerse a sí mismos y a los demás. Esta información puede y debe adaptarse al contexto y a las condiciones del trabajo sexual locales, en función de las necesidades de la comunidad.

INFORMACIÓN BÁSICA

Mensajes principales sobre la viruela símica

La viruela símica es causada por un virus. Los síntomas pueden incluir una erupción cutánea, fiebre o dolores corporales, entre otros.



El virus que la causa puede transmitirse a través del contacto físico, los besos y el sexo oral, vaginal y anal.



Para protegerse a sí mismo y a los demás:

- Infórmese de cuáles son los síntomas y controle regularmente si presenta alguno de ellos.
- Hable con franqueza sobre el tema con sus contactos cercanos, si puede hacerlo sin correr riesgos.
- Evite el contacto estrecho con las personas que tengan síntomas.
- Consulte a un profesional de la salud y hágase una prueba si ha estado expuesto o tiene síntomas.
- En caso de que presente viruela símica, aíslese si le es posible.
- Vacúnese si puede hacerlo.



Tener viruela símica o estar expuesto a esta enfermedad no es nada vergonzoso.

Cualquiera puede contraer la viruela símica.

Cuidémonos los unos a los otros y pongamos fin juntos a esta enfermedad.



INFORMACIÓN DETALLADA

Lo que se debe saber sobre la viruela símica

La actual epidemia de viruela símica afecta principalmente a grupos de hombres homosexuales y bisexuales y a otros hombres que tienen relaciones sexuales con hombres. Sin embargo, cualquier persona que tenga contacto sexual u otro tipo de contacto estrecho con una persona que tenga la infección puede contagiarse de viruela símica.

Síntomas

Si está en contacto con alguien con viruela símica, podría presentar síntomas hasta transcurridos 21 días. Los síntomas más habituales de esta enfermedad son:

- ganglios linfáticos inflamados
- erupción cutánea
- fiebre
- cefalea
- dolores musculares
- dolor de espalda
- falta de energía

La erupción puede afectar la cara, las palmas de las manos, las plantas de los pies, la ingle y las regiones genitales o anales. También se puede encontrar en la boca, la garganta, el ano, el recto o la vagina, o en los ojos. Puede haber una sola lesión o miles de ellas.

Las complicaciones de la viruela símica incluyen infecciones de la piel o los pulmones (neumonía), confusión y problemas oculares. Otras complicaciones pueden ser la inflamación o la aparición de lesiones en el recto, que pueden causar un dolor intenso (proctitis), y el dolor o la dificultad para orinar.



Forma de propagación de la viruela símica

La viruela símica se transmite por contacto estrecho con una persona que tiene viruela símica, por ejemplo:

- por contacto piel con piel (a través de tocamientos o del sexo vaginal o anal);
- por contacto boca con boca (por ejemplo, al besarse);
- por contacto entre la boca y la piel (durante el sexo oral o al besar la piel);
- por contacto cara con cara (que puede ocurrir cuando dos o más personas hablan, respiran o cantan unas cerca de las otras);
- por contacto con prendas de vestir, toallas, ropa de cama, objetos, aparatos electrónicos, superficies o juguetes sexuales contaminados.

Las personas que tienen viruela símica pueden contagiar el virus causante hasta que todas las erupciones se han convertido en costras, estas se han caído y se ha formado una nueva capa de piel debajo; todas las lesiones presentes en los ojos y en el cuerpo (en la boca, la garganta, el ano, el recto o la vagina) se han de haber curado. Este proceso puede llevar varias semanas, durante las cuales se aconseja encarecidamente a la persona que se aísle para proteger a los demás de la infección.



Viruela símica e infección por el VIH

Las personas con inmunodepresión subyacente pueden correr el riesgo de presentar un cuadro más grave de viruela símica. Las personas con infección por el VIH que conocen su estado y están bien controladas con el tratamiento pueden alcanzar la supresión viral.

Esto significa que sus sistemas inmunitarios son menos vulnerables a otras infecciones de lo que lo serían sin tratamiento.

Se están llevando a cabo estudios para comprender mejor estos temas.

Hasta ahora, la enfermedad no ha sido más grave en las personas sanas con la infección por el VIH que contrajeron la viruela símica durante esta epidemia de lo que lo ha sido en las demás personas. Si usted tiene la infección por el VIH y cree que puede tener viruela símica, pida consejo a un profesional de la salud de confianza.



INFORMACIÓN DETALLADA

¿Cómo se puede reducir el riesgo de contraer la viruela símica?

Sea consciente del riesgo que puede correr

Infórmese sobre el riesgo de viruela símica en la zona donde reside. Controle regularmente si presenta síntomas. Si encuentra erupciones o lesiones cutáneas nuevas e inusuales, no mantenga relaciones sexuales ni tenga contacto estrecho con otras personas, si es posible, hasta que le hagan pruebas para detectar posibles infecciones de transmisión sexual y la viruela símica.

Recuerde que las erupciones también pueden afectar a zonas del cuerpo donde pueden ser difíciles de ver, como la boca, la garganta, los genitales, la vagina, el ano y el recto.



Hable abiertamente sobre el tema

Hable abiertamente con sus contactos cercanos, sus parejas sexuales o sus clientes, sin juzgarlos. Si es seguro, conveniente y posible, dense sus señas de contacto para poder informarse mutuamente de cualquier síntoma, aunque no tengan previsto volver a verse.



Evite el contacto estrecho

Si es posible, evite el contacto estrecho con familiares, amigos, compañeros de piso, parejas o clientes con viruela símica confirmada, y espere a que reciban el resultado de una prueba antes de mantener relaciones sexuales.



Lávese con regularidad

Lávese las manos regularmente con agua y jabón o con gel hidroalcohólico. Lave sus prendas de vestir, la ropa de cama, las toallas, los objetos y las superficies con más frecuencia de la habitual. Por ejemplo, si es posible, cambie las toallas y las sábanas entre cliente y cliente.

Utilice detergente y agua a una temperatura superior a los 60 °C. Limpie los objetos, las superficies, los juguetes sexuales y los aparatos electrónicos más a menudo de lo habitual con agua y jabón y con un desinfectante doméstico.



Considere las posibilidades de reducir los daños

Una forma de reducir el riesgo de contraer la viruela símica es reducir el número de parejas sexuales, si se trata de una medida usted pueda aplicar.

Por el momento, no se sabe si la viruela símica puede transmitirse a través del semen, las secreciones vaginales u otros líquidos corporales. Es muy probable que el uso de preservativos reduzca el riesgo o el grado de exposición durante la relación sexual y que le proteja a usted y a otros frente a una variedad de otras ITS. Es posible que los preservativos no le protejan de la viruela símica durante el contacto piel con piel, boca con piel o boca a boca.

Los preservativos también pueden ayudar a las personas que se han curado de la viruela símica a prevenir la transmisión durante las relaciones sexuales hasta 12 semanas después de la recuperación.

También es posible que el uso de ropa para cubrir la piel pueda reducir el riesgo, porque limita el contacto piel con piel.



Vacúnese si es posible

La OMS recomienda a las personas con varias parejas sexuales que se vacunen contra la viruela símica si tienen acceso a la vacuna. Esta vacuna proporciona una protección adicional a las medidas enumeradas en este documento. Recuerde que las vacunas tardan varias semanas en hacer efecto y que ninguna vacuna ofrece una protección del 100%. Recuerde también que, aun habiéndose vacunado, se puede transmitir el virus a otras personas.



INFORMACIÓN DETALLADA

Qué hacer si tiene viruela símica (presunta o confirmada)

Tener viruela símica o estar expuesto a esta enfermedad no es nada vergonzoso. Cualquiera puede contraer la viruela símica. Nunca se debe estereotipar, estigmatizar, culpar o avergonzar a nadie a causa de una enfermedad. La estigmatización hace más difícil poner fin a los brotes y puede impedir que las personas accedan a los servicios. No permita que el miedo a ser juzgado le impida buscar la atención médica y el apoyo social que necesita si tiene síntomas que se puedan deber a la viruela símica.

Pida consejo y hágase una prueba

Si tiene usted síntomas o ha mantenido contacto estrecho con una persona con viruela símica, póngase en contacto con un trabajador de la salud para que le asesore y para que, si es necesario, le hagan una prueba y le presten atención médica. Aíslese siempre que sea posible mientras espera a que le hagan una prueba y evite el contacto estrecho con otras personas. Diga al profesional de la salud que sus síntomas podrían deberse a la viruela símica o que ha estado expuesto al virus.



Cómo recuperarse de la viruela símica en su domicilio

Si da positivo en la prueba de la viruela símica, deberá aislarse hasta que las erupciones se hayan cubierto de costras, estas se hayan caído y se haya formado una nueva capa de piel debajo. Si se aísla, las demás personas no se contagiarán.

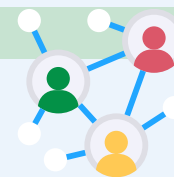
El profesional de salud que le atienda le explicará cómo cuidarse y si debe recuperarse en su domicilio o en el hospital. Manténgase hidratado, coma bien y duerma lo suficiente. Tome medicamentos para el dolor y la fiebre si es necesario. Cuide la erupción: evite rascarse; mantenga la erupción seca y descubierta; limpie la erupción con agua esterilizada o un antiséptico; enjuague las lesiones de la boca con agua salada; tome baños calientes con bicarbonato de sodio o sales de Epsom; y tome paracetamol para controlar el dolor, si es necesario.



Manténgase en contacto con un profesional de la salud y pida consejo de inmediato si las erupciones le duelen más o muestran signos de infección (si se enrojecen o tienen pus, o si tiene usted fiebre); si la fiebre, las náuseas o los vómitos se agravan; o si no puede usted comer o beber, tiene dificultades respiratorias o siente mareos o confusión.

Avisé a las personas con quienes haya tenido contacto recientemente

Si ha tenido contacto directo con alguien en los últimos 21 días (lo cual incluye las relaciones sexuales), considere la conveniencia de informarle sobre su diagnóstico para que pueda estar alerta ante los síntomas y hacerse una prueba de detección, si le es posible. Los trabajadores de la salud le pueden ayudar a transmitir información de forma anónima si usted no se siente capaz de hacerlo.



Proteja a los demás

Si tiene viruela símica, deberá aislarse hasta que ya no pueda contagiar a nadie. Su prestador de atención de salud le ayudará a decidir si debe ser atendido en el hospital o en casa. Esto dependerá de la gravedad de los síntomas, de si tiene factores de riesgo que aumentan el peligro de que los síntomas sean más graves y de si puede minimizar el riesgo de transmitir la infección a las personas con las que convive.

Si se ha aislado en su domicilio, proteja a las personas con quienes convive:

- Aíslese en una habitación separada.
- Utilice un baño separado o límpielo después de usarlo.
- Limpie frecuentemente con agua y jabón y con un desinfectante doméstico las superficies que haya tocado, y no barra ni pase la aspiradora.
- Use sus propios utensilios, toallas, objetos, aparatos electrónicos y ropa de cama.
- Lave su propia ropa o meta sus prendas en una bolsa de plástico antes de llevarlas a la lavadora.
- Abra las ventanas en toda la casa para mantenerla bien ventilada.

Si tiene que estar en la misma habitación que otra persona, no la toque, lávese las manos con frecuencia, cúbrase las erupciones con ropa o vendas, póngase una mascarilla médica bien ajustada y abra las ventanas.



Evite y aborde la estigmatización y la discriminación

Tener viruela símica puede causar malestar psicológico a la persona afectada y a las que la rodean. Si alguien de su entorno le revela que tiene viruela símica, no la juzgue ni haga suposiciones sobre cómo ha podido contraer la infección. También debe usted respetar sus decisiones acerca de la posibilidad de informar o no a otras personas de su enfermedad.

Haga lo posible por ayudar a las personas que han decidido mantenerse en aislamiento, por ejemplo, haciéndoles la compra y comprobando periódicamente cómo se encuentran. Afortunadamente, la mayoría de las personas afectadas se recuperan por completo al cabo de tres semanas de haberse infectado. Otra forma de ayudarlas es darles la oportunidad de hablar sobre sus emociones y sus sentimientos. Anímelas a cuidar de su salud mental, comer bien, mantenerse hidratadas y hacer ejercicio, si les es posible.

