

La viruela símica (*mpox* en inglés) y las relaciones sexuales más seguras

La vacunación es una herramienta importante para prevenir la propagación de la viruela símica (previamente conocida como viruela del mono). Si está en riesgo de contraer la viruela símica, pero todavía no ha recibido las dos dosis de la vacuna, cambiar de manera temporal algunas partes de su vida sexual podría reducir el riesgo de exposición al virus. Esto incluye el tiempo entre su primera y segunda dosis de la vacuna. Su protección estará en el nivel más alto dos semanas después de la segunda dosis de la vacuna.

Adopte el hábito de intercambiar la información de contacto con toda nueva pareja para poder hacer seguimiento sobre la salud sexual, si fuese necesario.

Hable con su pareja sobre los síntomas de la viruela símica y esté atento por si tienen algún sarpullido nuevo o sin causa aparente en el cuerpo, incluso en la boca, los genitales (pene, testículos, vulva o vagina) o el ano (agujero del trasero). Si usted o su pareja tiene o tuvo recientemente síntomas de viruela símica o tiene un sarpullido nuevo o sin causa aparente en cualquier parte de su cuerpo, no tenga relaciones sexuales y consulte a un proveedor de atención médica. En algunos casos, los síntomas podrían ser leves, y algunas personas incluso podrían no saber que tienen viruela símica.



Si usted o su pareja tiene viruela símica o cree que podría tenerla, la mejor forma de protegerse a usted y a los demás es evitar las relaciones sexuales de cualquier tipo (orales, anales, vaginales) y no besarse ni tocarse el cuerpo el uno al otro mientras esté enfermo. **Evite especialmente tocar cualquier sarpullido.** No comparta artículos como toallas, fetiches, juguetes sexuales y cepillos de dientes.

Aunque se sienta bien, estas son algunas formas de reducir las probabilidades de exponerse a la viruela símica, si es sexualmente activo:

- Deje de hacer por un tiempo las actividades que aumentan la exposición a la viruela símica hasta que hayan pasado dos semanas desde que recibió la segunda dosis de la vacuna. Esto reducirá mucho su riesgo.

Pase a la página siguiente →

- Limite la cantidad de parejas sexuales para reducir su probabilidad de exponerse.
- Los espacios cerrados, como áreas privadas (*back rooms*) saunas, clubes sexuales o fiestas sexuales privadas y públicas donde hay contacto íntimo y, a menudo, contacto sexual anónimo con múltiples personas, presentan una mayor probabilidad de propagación de la viruela símica.
- Los condones (de látex o poliuretano) pueden proteger su ano (agujero del trasero), boca, pene o vagina de la exposición a la viruela símica. Sin embargo, los condones por sí solos podrían no prevenir todas las exposiciones a la viruela símica, ya que el sarpullido puede presentarse en otras partes del cuerpo.
- Los guantes (de látex, poliuretano o nitrilo) también podrían reducir la probabilidad de exposición si se insertan dedos o manos en la vagina o el ano. Los guantes deben cubrir toda la piel expuesta y deben removerse con cuidado para evitar tocar la superficie exterior.
- Evite besar o intercambiar saliva, ya que la viruela símica puede propagarse de esta manera.
- Mastúrbense juntos a la distancia, sin tocarse el uno al otro y sin tocar ningún sarpullido.
- Tengan relaciones sexuales virtuales sin contacto en persona.
- Consideren tener relaciones sexuales con la ropa puesta o cubriéndose las áreas donde haya un sarpullido, reduciendo lo más posible el contacto de piel a piel. Los artículos de cuero o látex también proporcionan una barrera para el contacto de piel a piel; solo asegúrense de cambiarse o limpiar la ropa y los artículos después de usarlos y antes de usarlos con otra persona.

- Tenga en cuenta que la viruela símica también puede propagarse por medio de secreciones respiratorias con el contacto cercano de cara a cara.
- Recuerden lavarse las manos y lavar los fetiches, los juguetes sexuales y todo lo que sea de tela (ropa de cama, toallas, vestimenta) después de tener relaciones sexuales.



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

- Evite tener relaciones sexuales o íntimas con alguien 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 a un proveedor de atención médica, póngase mascarilla y recuérdale que este virus está circulando en el área.
- Evite los sitios con muchas personas, especialmente si hay contacto cercano, personal o de piel a piel.

