NORTH MONTEREY COUNTY UNIFIED SCHOOL DISTRICT
Guía para el cuidado escolar e infantil para Mononucleosis

¿Qué es mononucleosis?
Mononucleosis, también conocido como “mono” o la “enfermedad del beso”, es una enfermedad viral con propagación normal entre estudiantes de la preparatoria y colegio. Sobre el 50% de esos infectados desarrollan síntomas de mononucleosis.

¿Cuál es la causa de la mononucleosis?
La mayoría de los casos causados por el Virus de Epstein-Barr (EBV). Sin embargo, alrededor del 5% al 7% de los casos son causados por citomegalovirus (CMV). Ambos miembros son de la familia de herpesvirus.

¿Cuáles son algunos síntomas de mononucleosis?
Los síntomas pueden incluir fiebre, garganta irritada, glándulas inflamadas (especialmente detrás de la garganta), dolor de cabeza, cansancio y a veces una roncha. El Mono puede durar hasta algunas semanas. Puede tomar semanas hasta meses para volver a obtener energía; sin embargo, esto puede variar de persona a persona. Los problemas menos comunes incluyen ictericia (piel u ojos amarrillos) y/o bazo o hígado agrandado.

¿Cómo se contagia la mononucleosis?
De persona a persona, principalmente por la saliva. Sin embargo, estos virus pueden propagarse a través de la sangre y semen durante el contacto visual, transfusión de sangre y trasplantes de órganos. La propagación puede ocurrir al besar o compartir artículos contaminados con saliva (por ejemplo, vasos de bebidas, popotes, botellas, lapiceras o lápices que han estado en la boca, bálsamo labial o cepillos de dientes), Ya no el virus no vive mucho en las superficies y objetos, necesitas ser expuesto a saliva fresca para ser infectado.

¿Cuál es el tiempo después de ser expuesto para mostrar síntomas (*periodo de incubación)*?
4 a 6 semanas

¿Cuánto dura un individuo con la mononucleosis contagiosa (*periodo infeccioso)*?
Prolongado y depende en el individuo, puede ser de varias semanas a un año o más. Algunos adultos son portadores a largo plazo del virus.

¿Cuándo deberían ser estudiantes excluidos de la escuela?

Cuidado infantil y escuelas: Si el niño/a aún puede participar en actividades de rutina, ellos no deberían ser excluidos. Debido a que los estudiantes/adultos pueden tener el virus sin ningún síntoma y puede ser contagioso a largo plazo, la exclusión no va prevenir la propagación.

Deportes: Deportes de contacto deberían ser evitados hasta que el estudiante se recupere por completo y el bazo ya no sea palpable..

¿Cómo es la mononucleosis diagnosticada?
Un proveedor del cuidado de salud puede hacer pruebas de sangre.

¿Cómo es tratado la mononucleosis?
Puede incluir descanso en cama, tomando mucha agua, restricción de levantar objetos pesados o ejercicio vigoroso, incluyendo deportes de contacto.

NORTH MONTEREY COUNTY UNIFIED SCHOOL DISTRICT
Guía para el cuidado escolar e infantil para Mononucleosis

¿Cómo puedo prevenir/controlar la mononucleosis?

- Lavarse las manos bien con jabón y agua corriente cálida después de cualquier contacto con saliva o cosas contaminadas con saliva
- NO dejar que compartan vasos de bebidas, botellas, popotes, cigarrillos, lapiceras y lápices que han estado en contacto con la boca, cepillo de dientes o bálsamo labial.
- NO dejar que compartan botellas de agua durante eventos de deportes
- Evitar besar un/a niño/a en los labios o tener contacto con su saliva
- Limpiar y desinfectar juguetes, objetos y superficies que han tenido contacto con la boca por lo menos diariamente y cuando están sucios.

¿Cuándo debería ser reportado a la Salud Pública?

Mononucleosis no es requerido ser reportado a la Salud Pública, pero siempre puede contactar a la Salud Pública con cualquier pregunta o solicitud para guías adicionales.