



HOJA INFORMATIVA: Mononucleosis

La mononucleosis, (Mono) generalmente es causada por el virus Epstein Barr. El 90% de las personas tendrán anticuerpos contra este virus cuando tengan 50 años de edad, la mayoría de las personas se infectan cuando son niños. Es en los adultos jóvenes recién infectados que tienen una probabilidad de 1 en 4 de desarrollar una enfermedad similar a la mononucleosis.

La mononucleosis se puede propagar por:

- saliva, gotitas
- Compartir botellas de agua, vasos, bebidas o alimentos.
- Contacto íntimo cercano, es decir, besarse.

Mono puede comenzar lentamente y causar los siguientes síntomas que pueden durar de semanas a meses, y la mayoría de las personas se recuperan en 2 a 4 semanas.

Por favor monitorea a su hijo/a para detectar los siguientes síntomas durante las próximas 2 a 4 semanas:

Fatiga extrema	Fiebre	Extraño:
Dolor de garganta (a veces intenso)	dolores de cabeza	Obstrucción de la vía aérea
Dolor abdominal-Hígado hinchado	Dolor de cuerpo	insuficiencia hepática
Dolor abdominal-bazo hinchado	Ganglios linfáticos inflamados en el cuello y las axilas	ruptura esplénica

Si su hijo/a desarrolla algún síntoma, manténgalo en casa, detenga toda actividad extenuante, incluidos los deportes, y consulte con su proveedor de atención médica.

Prevención:

- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos o un desinfectante para manos a base de alcohol
- Evita a las personas que están enfermas.
- No comparta botellas de agua, vasos o bebidas.

Individuos en alto riesgo: siempre consulte con su proveedor de atención médica si tiene preguntas o inquietudes. Aunque las complicaciones son generalmente raras, algunos factores aumentan el riesgo de una persona. Cualquier persona con condiciones subyacentes, sistema inmunológico comprometido, embarazo, etc. debe comunicarse con su proveedor de atención médica si cree que ha estado expuesto.

Regreso a la escuela: su hijo/a puede regresar a la escuela una vez que su proveedor de atención médica lo autorice y haya tenido:

- Sin fiebre durante más de 24 horas, y
- Se sienten lo suficientemente bien como para asistir.

Regreso a la actividad/deportes/gimnasio/receso: Se debe presentar una carta de autorización para regresar a todas las actividades relacionadas con el riesgo de ruptura esplénica y agrandamiento del hígado. Sin excepciones.

Si tiene alguna pregunta, envíe un correo electrónico o llame a la enfermera de su escuela (que se encuentra en el sitio web de su escuela local)

Para más información: <https://www.cdc.gov/epstein-barr/index.html>