



2500 Bates Avenue, Suite B, Concord CA 94520 | Teléfono: (925) 313-6740 | Fax: (925) 313-6465
cchealth.org

Recomendaciones para la mononucleosis (mono) para K-12

El Condado de Contra Costa colabora estrechamente con los centros escolares para mantener seguros y sanos a los estudiantes, al personal y a sus familias. La mononucleosis (mono) debe notificarse al Departamento de Salud Pública local cuando se produzcan brotes, hospitalizaciones o fallecimientos.

Síntomas:

Fiebre, dolor de garganta, ganglios inflamados (especialmente detrás del cuello), dolor de cabeza, cansancio y, a veces, erupción cutánea. La mononucleosis puede durar hasta varias semanas. Puede llevar semanas o meses recuperar la energía; sin embargo, esto variará de persona a persona.

Los problemas menos comunes incluyen ictericia (coloración amarillenta de la piel o los ojos) y/o agrandamiento del bazo o el hígado. Aunque es poco frecuente, el bazo puede romperse en casos extremos.

Qué puede hacer para prevenir la mononucleosis:

- Lávese las manos completamente con jabón y agua corriente templada después de cualquier contacto con saliva u objetos contaminados con saliva.
- NO permita que se compartan vasos, botellas, pajitas, cigarrillos, bolígrafos y lápices con boca, cepillos de dientes ni bálsamos labiales.
- Evite besar en los labios a un niño infectado o tener contacto con su saliva.
- Limpie y desinfecte los juguetes, objetos y superficies que se lleven a la boca al menos una vez al día y cuando estén sucios.

Qué hacer si tiene mononucleosis:

No es necesaria la exclusión, siempre que el niño pueda participar en las actividades rutinarias. Dado que los estudiantes/adultos pueden tener el virus sin ningún síntoma y pueden ser contagiosos durante mucho tiempo, la exclusión no evitará la propagación.



Para obtener más información, comuníquese con el departamento de Salud Pública de Contra Costa (Contra Costa Public Health) al 925-313-6740 o visite el sitio web, en <https://www.cchealth.org/health-and-safety-information/communicable-disease-program>.
Para ver directrices para la escuela de CDPH, visite <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Schools/SymptomGuidance.aspx>.