



Mono (Mononucleosis)

What is it?

- A viral illness known as “Mono” often caused by the Epstein-Barr virus. It is a common illness, especially in adolescents and young adults.
- It can cause fatigue, fever, sore throat, and swollen lymph nodes that may last up to 4 weeks. Sometimes it can cause an enlarged spleen or liver.

How is it spread?

- By body fluids, most often by direct contact with the saliva of an infected person; kissing on the mouth or sharing objects that may be contaminated (toys, toothbrushes, cups, bottles, drinks, lip glosses).

What should I do?

- Take students with suspected mononucleosis to a health care provider. People diagnosed with “Mono” who also have an enlarged spleen may need more guidance from their provider to prevent complications.
- Do not send students with mononucleosis to school until feeling well enough to participate in activities. Some may feel fatigued for several weeks to months.
- Teach the student to avoid kissing others, sharing drinks and other objects that come in contact with their saliva or mouth. Teach the importance of washing hands frequently with soap and warm water to help prevent spread of the infection to others.
- The virus can be contagious before symptoms occur and after for a prolonged period of time (up to one year after infection). To prevent the spread of the disease once the student returns to school;
 - Sanitize toys or things that may be contaminated with saliva before they are shared.
 - Wash hands frequently with soap and warm water.

References: Centers for Disease Control and Prevention: About Epstein Barr Virus, 2020

Mononucleosis

¿Qué es?

- Es una enfermedad viral generalmente conocida como "Mono", a menudo causada por el virus Epstein-Barr. Es una enfermedad común, especialmente en adolescentes y adultos jóvenes.
- Puede causar fatiga, fiebre, dolor de garganta e inflamación de los ganglios linfáticos que puede extenderse hasta por 4 semanas. A veces puede causar agrandamiento del bazo o hígado.

¿Cómo se propaga?

- Por fluidos corporales, más a menudo por el contacto directo con la saliva de una persona infectada; besos en la boca o por compartir objetos que puedan estar contaminados (juguetes, cepillos de dientes, tazas, botellas, bebidas, brillos de labios).

¿Qué debo hacer?

- Si sospecha que un niño tiene mononucleosis llévelo con un proveedor de atención médica. Las personas diagnosticadas con "Mono" que también hayan sufrido agrandamiento del bazo pueden necesitar más orientación de su médico para evitar complicaciones.
- No envíe al niño con mononucleosis a la escuela hasta que se sienta lo suficientemente bien para participar en las actividades. Algunos pueden sentirse fatigados durante varias semanas o meses.
- Enseñe al niño a evitar besar a otras personas y compartir bebidas y otros objetos que entren en contacto con la saliva o la boca. Enséñele sobre la importancia de lavarse las manos frecuentemente con jabón y agua tibia para ayudar a prevenir la propagación de la infección.
- El virus puede ser contagioso antes de presentar síntomas y posteriormente durante un período prolongado de tiempo (hasta un año después de la infección). Para evitar la propagación de la enfermedad cuando el estudiante regrese a la escuela:
 - Desinfecte los juguetes o cosas que pueden estar contaminadas con saliva antes de compartirlas.
 - Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua tibia.

Referencias: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: Acerca del virus Epstein Barr, 2020