

Hoja Informativa sobre la Varicela

HS04-055B (1-06)

En un tiempo la varicela se consideraba como un rito de iniciación para la mayoría de los niños. Y para muchos esta enfermedad común y sumamente contagiosa – caracterizada por manchas rojas en la piel acompañadas de comezón – aún ocurre durante la niñez. De hecho, se calcula que aproximadamente 4 millones de americanos, la mayoría niños, contraen la varicela cada año. Sin embargo, los adultos también pueden infectarse. Empleados tales como los maestros de niños, los trabajadores en el cuidado de los niños, y los trabajadores del cuidado de la salud corren un riesgo mayor de exposición a la varicela.

La varicela está causada por el virus varicella-zoster, un tipo de virus de herpes. Este virus se propaga fácilmente de persona a persona, por el aire, y por el contacto físico. Brotes de varicela son comunes en finales de invierno y comienzos de primavera – periodos de temperaturas moderadas cuando los virus crecen con fuerza.

La mayoría de las personas consideran la varicela como una enfermedad leve – y, en gran parte así lo es. Entre los niños sanos aparte de eso, la varicela dura dos semanas o menos y raramente causa complicaciones. Pero para los adultos quienes nunca han estado en contacto con el virus y se enferman después, la varicela puede ser seria. Las complicaciones de la varicela pueden resultar en hospitalización y hasta pueden ser con riesgo de muerte.

Hasta 1995 – cuando una vacuna contra la varicela se hizo disponible – casi todo el mundo contrajo la varicela durante la niñez. Hoy día, los niños son rutinariamente vacunados contra la varicela. Se espera que las vacunaciones contra la varicela reduzcan enormemente el número de casos actuales y futuros.

Señales y síntomas de la varicela incluyen:

- Sarpullido rojo acompañado de comezón. La señal mejor conocida de la varicela es un sarpullido rojo acompañado de comezón que estalla en la cara, el pecho, la espalda y— en menor medida—los brazos y las piernas. El sarpullido

generalmente aparece en un poco menos de dos semanas después de exposición al virus y comienza como manchas superficiales. Estas manchas se convierten enseguida en pequeñas ampollas que se abren y se forman costras. Nuevas manchas siguen apareciendo por 5 – 7



días después de las primeras, repitiendo el proceso. La comezón puede ser leve o intensa. Si la enfermedad se propaga de niño a niño o de niño a adulto dentro de una familia, la intensidad y extensión del sarpullido puede aumentar.

- Fiebre. Una fiebre puede comenzar 1 a 2 días antes del sarpullido. Usualmente es menos de 101 F pero puede alcanzar hasta 106 F – seña que hay que ir al médico.
- Nariz líquida, tos seca, e irritabilidad. Todos estos pueden preceder al sarpullido.
- Fatiga, debilidad, y leve dolor de cabeza. Todos estos pueden acompañar el sarpullido.

En los individuos sanos aparte de eso, la varicela generalmente sigue su curso en aproximadamente 2 semanas.

Factores de Riesgo

La varicela es sumamente contagiosa para aquellas personas no inmunes a ella y se propaga rápidamente en los centros de cuidado de niños, escuelas, y dentro de familias. El virus se transmite mediante el contacto directo con el sarpullido o por gotitas dispersadas al aire al toser o estornudar.

Una persona con varicela puede transmitir el virus por hasta 48 horas antes de que aparezca el sarpullido revelador y permanece contagioso hasta que todas las manchas formen costras.

Las personas vacunadas contra la varicela son inmunes al virus. Cualquiera que haya tenido varicela es inmune a exposiciones futuras. Aquellas personas

con riesgo de contraer la varicela incluyen cualquiera quien no haya sido vacunada o quien nunca haya tenido la enfermedad.

La varicela normalmente es una enfermedad leve. Pero puede ser seria y llevar a complicaciones en estos grupos de alto riesgo:

- Los recién nacidos y los bebés;
- Los adolescentes;
- Los adultos;
- Las mujeres embarazadas; y
- Las personas con sistemas inmunológicos perjudicados por enfermedad o reprimidos por drogas.

La complicación a la salud más común de la varicela es una infección bacteriana de la piel. Después, los problemas para la salud más comunes son la neumonía y el encefalitis – inflamación del cerebro – ambas de cual pueden ser muy serias si no se tratan.

La varicela a comienzos del embarazo puede resultar en defectos de nacimiento, tales como deformidades de extremidades. Una gran amenaza al bebé, sin embargo, ocurre cuando la madre contrae la varicela una semana antes de dar a luz. Entonces puede causar una seria infección muy grave para el recién nacido. Una mujer embarazada quien no esté inmune a la varicela y quien tenga exposición prolongada a una persona con la enfermedad debe consultar con su médico acerca del riesgo para sí misma y para su bebé que todavía no ha nacido.

Un médico puede diagnosticar fácilmente la varicela examinando el sarpullido característico y anotando la presencia de otros síntomas.

Comuníquese con un médico si se desarrolla un sarpullido y uno o más de los siguientes ocurren:

- El sarpullido afecta el ojo;
- El sarpullido llega a estar muy rojo, caliente, o sensible, indicando una posible infección de la piel; o
- El sarpullido viene acompañado por una fiebre de más de 103 F, mareos, desorientación, pulso rápido, falta de aliento, temblores, pérdida de coordinación muscular, una tos cada vez peor, vómitos o cuello rígido.

Los bebés, adolescentes, y adultos no inmunes a la varicela deben consultar con un médico si son expuestos o si contraen la varicela debido a posibles complicaciones que pueden acompañar la enfermedad.

Ninguna persona con varicela – niño o adulto

– debe recibir ninguna medicina con aspirina, debido a que esta combinación ha sido asociado con una enfermedad llamada Síndrome de Reye.

Complicaciones

Cualquiera que haya tenido varicela de niño corre el riesgo de una complicación latente llamada herpes zóster o gusanillo. Después de una infección, algunos de los virus de varicella-zóster pueden quedarse y esconderse en células de los nervios. Muchos años después, el virus puede reactivarse para reaparecer como gusanillo – una franja dolorosa de ampollas de poca duración. Aproximadamente uno de cada cinco adultos quienes han tenido la varicela experimenta el gusanillo, usualmente después de la edad de 50. Los niños pueden desarrollar el gusanillo, pero lo hacen con menos frecuencia que los adultos. Raramente puede una persona con gusanillo transmitir la varicela a otros quienes no estén inmunes.

El gusanillo puede llevar a su propia complicación – una condición en la cual el dolor del gusanillo persiste por mucho tiempo después de desaparecer las ampollas. Esta complicación, conocida como neuralgia pos-herpético, no es contagiosa.

Vacuna contra la Varicela

El uso de la vacuna contra el virus varicella (Varivax) es la mejor manera de prevenir la varicela. La vacuna ha sido disponible para uso en los Estados Unidos desde 1995. Según los Centros de Control de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), la vacuna protege del 90 al 100 por ciento de las personas que la reciben.

Los que son aconsejados por los CDC para recibir la vacuna contra la varicela incluyen:

- Los bebés – la edad ideal es entre los 12 y 18 meses de edad, como parte de un programa rutinario de inmunización
- Los niños; y
- Los adolescentes y adultos quienes nunca hayan tenido la varicela ni hayan sido vacunados.

Si usted no recuerda si ha tenido la varicela, un examen de sangre puede determinar su inmunidad.

La vacuna se administra en una dosis a los niños de 1 a 13 años de edad. Los mayores reciben dos dosis, separadas por 4 a 8 semanas. Se cree que la

protección dura de 10 a 20 años y tal vez más, pero no es claro si se necesita una vacuna de refuerzo más tarde en la vida. Muchas vacunas requieren dosis de refuerzo. El tiempo y los estudios dirán si Varivax cuenta entre ellas.

La vacuna no está aprobada para uso en las mujeres embarazadas, las personas con inmunidad debilitada o las personas alérgicas a la gelatina o al antibiótico neomicina. Las mujeres quienes piensan embarazarse deben ponerse al día con sus vacunas antes de concebir.

Los estudios siguen mostrando que la vacuna es segura y efectiva. Los efectos secundarios son generalmente leves e incluyen rojez, dolor, fatiga, náusea, y raramente pequeños chipotes en el sitio de la vacuna.

Si usted ha tenido varicela, no necesita la vacuna. Usted está inmune a exposiciones futuras de por vida. Sin embargo, puede ser posible que si tuvo una infección leve de niño su cuerpo tal vez no haya acumulado una cantidad suficiente de anticuerpos para prevenir una segunda infección. O usted puede presuponer que tuvo varicela de niño cuando realmente no fue así, poniéndose en riesgo de infección más tarde en la vida.

Auto-Cuidado

Para ayudar a aliviar los síntomas de la varicela sencilla, siga estas medidas sencillas de auto-cuidado:

- No se rasque. El rascarse puede demorar la curación de las llagas, causar cicatrices, y aumentar el riesgo que las llagas lleguen a infectarse. Si la comezón es particularmente severa o irritante, puede querer consultar a su médico acerca de un anti-histamínico que se puede comprar sin receta para alivio.
- Tomar baños. Baños frescos cada 3 – 4 horas también pueden ayudar a calmar la comezón. Rocíe avena cruda o bicarbonato de sodio en el **agua para alivio adicional**.
- Aplíquese lociones. El aplicar loción de calamina a las manchas puede ayudar a calmar la comezón.
- Descanse y siga una dieta blanda, si es necesario. El descansar mucho es eficaz

para reponerse de cualquier infección. Si se desarrollan llagas de varicela en la boca, cambie a una dieta de comida blanda y simple. Comida picante, ácida o dura y crujiente puede ser irritante para las llagas en la boca.

- Trate una fiebre. La fiebre puede ser reducida con acetaminógeno (Tylenol, otros). Pero los medicamentos tales como el acetaminógeno e ibuprofeno (Advil, Motrin, otros) no son antivirales. No dé aspirina a nadie con varicela debido a que puede llevar a una enfermedad seria llamada síndrome de Reye. Baños tibios - no fríos - también pueden ayudar a bajar una fiebre.

Recomendamos que usted consulte con su principal proveedor del cuidado a la salud si tiene preguntas o si necesita ayuda médica. Esta hoja informativa fue producida con información del Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas, los Centros de Control de Enfermedades, la Clínica Mayo, y el Departamento de Seguros de Texas, División de Compensación para Trabajadores.

Recuerde poner en práctica la seguridad. No la aprenda por accidente.