



Varicela



¿Qué es?

La varicela es una enfermedad muy contagiosa causada por el virus de la varicela-zóster. La mayoría de los niños en EE.UU. tienen la varicela antes de llegar a la edad escolar. Ahora existe una vacuna contra la varicela. Aunque la varicela es una enfermedad leve para la mayoría de los niños, se podría convertir en una enfermedad grave que podría causar hasta la muerte si la padecieran personas con sistemas inmunológicos débiles (por ejemplo, recién nacidos, o personas en tratamiento de quimioterapia, que tengan el SIDA o que tomen esteroides como cortisona). Por otro lado, la varicela puede causar problemas de salud más graves a las mujeres embarazadas, pudiendo ser la causa de que tengan mortinatos o de que el bebé nazca con defectos. Las madres podrían contagiar la varicela a los recién nacidos durante el parto.

¿Cuáles son los síntomas?

La varicela normalmente empieza con una fiebre leve y una erupción cutánea con picazón. La erupción cutánea presenta unos granitos rojos que aparecen primero en la zona del estómago y en la espalda pero que luego se extienden por la cara y las extremidades. Los granitos rápidamente se convierten en ampollas llenas de líquido que forman costra después de reventarse. Mientras que a algunas personas les salen pocos granitos, otras terminan con el cuerpo cubierto. Una vez que la persona ha sido infectada por el virus y tiene varicela, el virus permanece (sin síntomas) en las células de los nervios del cuerpo. En algunos casos el virus podría reactivarse años después, y en esta ocasión se le llama "herpes." El herpes es una erupción cutánea colorada y dolorosa con ampollas que produce picor y que aparece a lo largo del lateral del cuerpo. No produce fiebre. El virus presente en el líquido de las ampollas puede contagiar la varicela a aquellas personas que no la hayan tenido antes si éstas tuvieran un contacto directo con las ampollas del herpes.

¿Quién se contagia y cómo?

Casi con toda seguridad se contagiarán todas aquellas personas que hayan sido expuestas al virus de la varicela-zóster y que no hayan tenido la varicela antes.

Una vez que se ha tenido la varicela una vez, es muy raro volver a tenerla. La varicela es más común entre los niños, mientras que el herpes es más común entre los adultos. Esta enfermedad se transmite por contacto directo con la erupción cutánea o con las secreciones respiratorias de la nariz o garganta. El período de incubación desde el momento de la exposición hasta que los síntomas empiezan a aparecer es de entre 10 y 21 días.

Las personas que tienen la varicela son contagiosas desde dos días antes de que aparezca la erupción cutánea hasta que la última ampolla forme costra (unos cinco días).

¿Qué normas de exclusión se deberían seguir con esta enfermedad?

Se deberían excluir del centro a los niños y al personal con varicela durante seis días a partir de la aparición de la erupción cutánea o hasta que todas las ampollas hayan formado costra y se hayan secado.

Aquellas personas que se hayan puesto la vacuna de la varicela podrían sufrir un caso leve de varicela, en cuyo caso también serían contagiosas. Siga las siguientes normas de exclusión del centro:

- Los niños con herpes son portadores del virus que causa la varicela y podrían causar un brote de la enfermedad en el centro de cuidado infantil. Por esta razón y a menos que sea posible cubrir completamente la erupción cutánea, es aconsejable que todas aquellas personas que tengan herpes permanezcan en sus casas hasta que las ampollas se sequen. Las personas con herpes necesitan ser muy cuidadosas con su higiene personal.
- Asegúrese de avisar a los padres de los niños inmunodeprimidos cuando otro niño haya recibido la vacuna de la varicela.

¿Quién debería ser informado?

Informe a los padres y al personal cuando haya casos de varicela, especialmente a las mujeres que estén embarazadas. Informe también a su especialista de la salud. No necesita informar al departamento local de salud cuando haya casos de varicela o herpes.

¿Cómo se puede prevenir el contagio?

- Asegúrese que todos los niños y el personal más vulnerable estén vacunados.
- Evite la exposición de recién nacidos, mujeres embarazadas o personas con problemas inmunológicos.
- Excluya del centro de forma temporal a los niños y adultos enfermos.
- Limpie la nariz con pañuelos desechables limpios, deséchelos adecuadamente y lávese las manos.
- No permita que se compartan alimentos, botellas o cepillos de dientes.
- No dé besos a los niños en los labios.
- Abra las ventanas y fomente mucha actividad al aire libre.
- Desarrolle un sistema para la notificación inmediata si se produjeran casos de varicela o herpes.
- Excluya del centro al enfermo de varicela (o de herpes si tiene una erupción cutánea que no se puede cubrir completamente) hasta que la erupción esté con costra y completamente seca.
- Busque síntomas en el resto de los niños durante las tres semanas siguientes a la aparición del último caso. Si a uno de los niños o a un miembro del personal les apareciera una erupción cutánea sospechosa, la persona debería ser examinada por un médico para que la erupción fuera diagnosticada.