

Varicela (Varicela-Zoster)

Estimado padre o tutor,

Se le proporciona esta hoja informativa:

- Porque usted o su hijo(a) pueden haber estado expuestos a la varicela.
- Solamente con propósitos de información.

Información general sobre la varicela

¿Qué es la varicela?

- La varicela es causada por el virus de la varicela zóster, que es un tipo del virus herpes.
- Una vez que una persona tiene varicela, el virus normalmente permanece en el cuerpo y puede causar herpes zóster en adultos.
- Existe una vacuna para prevenir la varicela que pueden utilizar los mayores de 1 año.

¿Quién puede contagiarse?

- Cualquier persona puede contraer varicela, pero es menos probable si se ha recibido vacunado contra la varicela.
- Es raro, pero una persona puede contraer un caso leve de varicela si ya la ha padecido.
- Algunos grupos tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente o desarrollar problemas médicos, entre ellos:
 - Niños menores de 1 año
 - Niños mayores de 12 años
 - Adultos
 - Personas con sistemas inmunitarios debilitados
 - Personas embarazadas
 - Personas que no han recibido la vacuna contra la varicela
- **Las personas en un grupo de mayor riesgo (ver arriba) deben comunicarse con su proveedor de atención médica si creen que han estado expuestas o tienen varicela.**

¿Cuáles son los síntomas?

- El síntoma principal es una erupción cutánea en forma de ampollas que dan picazón y que a menudo comienzan en la espalda, el pecho y la cara. Las ampollas ("viruela") son pequeñas, rosadas y contienen líquido.
- Después de 4 a 5 días, la viruela se seca y forma costras.
- Una persona puede tener desde muy pocas hasta más de 500 ampollas en su cuerpo durante la enfermedad.
- Otros síntomas pueden incluir:
 - Fiebre (la Academia Americana de Pediatría define la fiebre como una temperatura de 100.4°F [38°C] o más)
 - Cansancio inusual/bajo nivel de actividad
 - Falta de apetito
 - Dolor de cabeza
- La varicela a veces puede causar infecciones bacterianas de la piel y neumonía, que pueden ser graves.

¿Cómo se puede propagar?

- Se transmite muy fácilmente. Una persona que nunca ha tenido varicela, o nunca ha vacunado contra la varicela, tiene un 90% de probabilidades de infectarse si está cerca de una persona con varicela.
- El virus se encuentra en el líquido de ampollas y costras.
- El virus se puede encontrar en el aire después de que una persona con varicela exhala (por ejemplo, al respirar, hablar, cantar, hacer ejercicio, toser o estornudar) y expulsa gotitas y pequeñas partículas en el aire.
 - Las partículas más pequeñas quedan suspendidas en el aire y pueden permanecer allí durante horas (esto se llama transmisión aérea).
 - Las gotas, que son más grandes, generalmente no viajan más de 2 metros o 6 pies.
- Se transmite:
 - Cuando una persona inhala las gotitas o partículas pequeñas.
 - Al tocar un objeto o superficie que tiene el virus y luego tocarse la boca, los ojos o la nariz.
 - Al compartir utensilios o vasos con alguien que tiene varicela.
- La varicela también se puede transmitir tocando las ampollas de una persona que tiene **herpes zóster**.
- Los síntomas pueden tomar de 10 a 21 días en aparecer después de haber estado cerca de una persona con varicela.

¿Cómo sé si mi hijo(a) tiene varicela?

Un proveedor de atención médica puede diagnosticar la varicela observando la erupción o ampollas en la piel de una persona.

Cuando llame para programar la cita, dígame a su proveedor de atención médica que le preocupa la varicela. Es posible que el proveedor de atención médica tenga instrucciones especiales para su visita.

Esta hoja informativa sólo proporciona información general.

¿Qué pasa si mi hijo(a) tiene varicela?

Avise inmediatamente a su proveedor de cuidado infantil o preescolar si su hijo(a) tiene varicela.

¿Cómo se puede curar?

- Un proveedor de atención médica puede recetar medicamentos antivirales para tratar la varicela, sobre todo a las personas que tienen síntomas graves o corren el riesgo de sufrir complicaciones graves. Hable con su proveedor de atención médica sobre las opciones de tratamiento.
- Mantenga a los niños cómodos, permítalos descansar, asegúrese de que beban muchos líquidos y vigílelos a menudo.
- Los baños tibios de avena y la loción de Calamina pueden ayudar temporalmente con la picazón.
- Los bebés de 3 meses o menos con fiebre de 100.4°F (38°C) o más deben ser vistos por su proveedor de atención médica.
- Hable con el proveedor de atención médica de su hijo(a) si tiene alguna inquietud sobre los síntomas de su hijo(a). **Consulte con el servicio de atención médica de su hijo(a) inmediatamente si:**

- **Tiene fiebre alta (más de 102°F [38.9°C]), o si la fiebre dura más de 4 días.**
- **Hay signos de una infección bacteriana: el área alrededor de la viruela se vuelve roja, caliente, hinchada o sensible, o si la viruela desarrolla pus (líquido espeso y descolorido).**
- **Tiene rigidez en el cuello, vómitos frecuentes o dificultad para respirar.**

¿Cómo puedo ayudar a evitar que se transmita la varicela?

- La vacunación es la mejor forma de prevenir la varicela.
- Usted no necesita la vacuna si ya ha tenido varicela. Si no está seguro de si ha tenido varicela, hable con su proveedor de atención médica acerca de hacerse un análisis de sangre.
- Aumentar la ventilación en lugares interiores.
- Lávese las manos con frecuencia, especialmente después de estornudar, toser, limpiarse la nariz y tocarse las ampollas.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Evite compartir vasos, utensilios para comer, alimentos y bebidas con cualquier persona que tenga varicela.
- Limpie bien con agua y jabón los juguetes y otros objetos que los niños se llevan a la boca.
- Limpie y desinfecte las superficies del hogar.
- Mantenga las uñas cortas para ayudar a minimizar los arañazos y las cicatrices. Mantener las uñas limpias puede ayudar a evitar infecciones de la piel.

¿Qué debo hacer si mi hijo(a) ha estado en contacto con la varicela?

- **Si ya es inmune a la varicela** (ha recibido 2 dosis de la vacuna contra la varicela o ya ha tenido varicela), lo más probable es que no se enferme. La mayoría de las personas no contraen varicela más de una vez.
- **Si no es inmune a la varicela (no ha recibido 2 dosis de la vacuna contra la varicela ni ha tenido la varicela), vacunarse contra la varicela en los 3 días siguientes a la exposición puede ayudar a prevenirla.** La vacunación entre 3 a 5 días después de la exposición probablemente no prevendrá la varicela, pero puede hacerla más leve. Hable con su proveedor de atención médica sobre qué puede hacer.
- **Las personas con alto riesgo de complicaciones por la varicela, como las personas inmunocomprometidas, las personas embarazadas y los bebés prematuros, deben comunicarse con su proveedor de atención médica de inmediato.**

¿Necesita mi hijo(a) quedarse en casa y no ir a la guardería?

Si su hijo(a) ha estado EXPUESTO(A) a la varicela, no necesita quedarse en casa al menos que tenga síntomas de varicela.

Si su hijo(a) TIENE varicela, debe quedarse en casa. Cualquier persona con varicela, incluidas las que han sido vacunadas, deben quedarse en casa hasta que todas las ampollas hayan formado costras y no aparezcan nuevas erupciones durante 24 horas.

Por favor, siga la política de enfermedad de su programa de cuidado infantil.

Referencias:

American Academy of Pediatrics

- *Caring for Our Children. Chapter 7 Infectious Diseases, 7.7 Herpes Viruses, 7.7.4 Varicella-Zoster (Chickenpox) Virus*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. pages 71-73*

Centers for Disease Control & Prevention

- *Chickenpox (Varicella). <https://www.cdc.gov/chickenpox/index.html>*

MedlinePlus

- *Chickenpox. <https://medlineplus.gov/chickenpox.html>*