

## Varicela- Hoja informativa

### ¿Qué es la varicela?

La varicela es una enfermedad contagiosa causada por un virus llamado varicela-zóster.

### ¿Cuáles son los síntomas de la varicela?

Los síntomas suelen aparecer unas dos semanas después de la exposición. Los síntomas iniciales incluyen la aparición repentina de fiebre y sensación de cansancio y debilidad. Poco después, aparecerá una erupción cutánea con picazón en el cuerpo, con manchas (lesiones) que cambian en etapas de manchas rojas planas a protuberancias elevadas, ampollas llenas de líquido y, finalmente, a costras secas y costrosas. Siguen apareciendo nuevas manchas durante unos 3 o 4 días. Las manchas se secarán y formarán costras antes de caerse, y por lo general no dejan cicatriz. Por lo general, esta enfermedad es más grave en los adultos que en los niños.

### ¿Cómo se contagia la varicela?

La varicela se transmite fácilmente de persona a persona a través de gotitas en el aire de la nariz o la garganta de una persona infectada. El contacto con el líquido de las lesiones, ya sea por contacto directo o por tocar objetos que han sido recién ensuciados por el líquido de las lesiones, también puede propagar la enfermedad. Si una persona embarazada contrae varicela, el bebé también puede contraerla mientras está en el útero.

### ¿Cuánto tiempo son contagiosas las personas?

Una persona es contagiosa desde 1 o 2 días antes de que aparezca la erupción cutánea y hasta que todas las lesiones estén secas y cubiertas de costras (lo que toma un promedio de 5 días). Algunas personas, especialmente si han sido vacunadas antes, pueden tener casos muy leves de varicela y es posible que no tengan el tipo de sarpullido que forma ampollas y costras. En esos casos, las personas deben quedarse en casa hasta que hayan pasado al menos 24 horas sin que aparezcan nuevas lesiones.

### ¿Quién contrae varicela?

Cualquier persona puede contraer varicela, pero las que no están vacunadas corren un mayor riesgo de infectarse y tener una enfermedad más grave. La varicela generalmente resulta en inmunidad de por vida. Sin embargo, el virus puede permanecer oculto en las células del sistema nervioso y regresar años después como herpes zóster.

### ¿Qué tratamiento hay disponible para las personas con varicela?

En los niños sanos, la varicela suele ser una enfermedad leve. La picazón y el malestar se pueden aliviar con baños de avena o loción de calamina. En las personas con sistemas inmunitarios debilitados, las personas embarazadas y los adolescentes mayores o adultos no vacunados, la enfermedad puede ser más grave. Estas personas deben comunicarse con su médico de inmediato si se enferman de varicela, ya que pueden necesitar medicamentos antivirales para evitar que se agrave.

## **¿Es necesario que las personas infectadas se queden en casa y no vayan a la escuela, al trabajo o a la guardería?**

Las personas con varicela deben quedarse en casa hasta que todas las lesiones se sequen (generalmente alrededor de los 5 días). Si la erupción es leve (es decir, sin ampollas ni lesiones llenas de líquido) y las lesiones no forman costras, la persona debe quedarse en casa hasta que hayan pasado al menos 24 horas sin que aparezcan nuevas lesiones. Se debe tener especial cuidado de no exponer a las personas embarazadas o con sistemas inmunitarios debilitados a la varicela.

## **¿Cómo puedo protegerme a mí y a mi familia de contraer varicela?**

- Asegúrese de que sus hijos estén al día con sus vacunas. Los niños de 12 meses a edad preescolar deben recibir una dosis de la vacuna, mientras que los niños en edad escolar y los adultos deben recibir dos dosis de la vacuna, si aún no son inmunes a la enfermedad.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. (Se puede sustituir el gel desinfectante cuando las manos no estén visiblemente sucias).