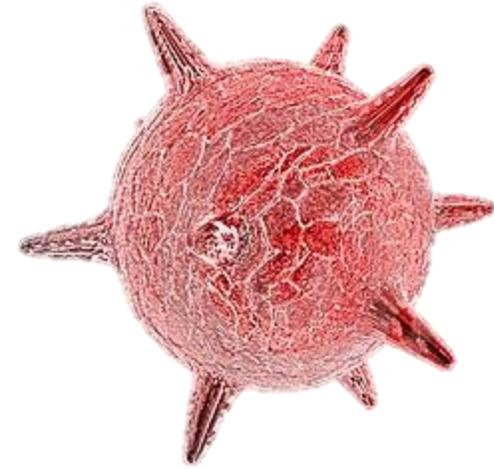


PREVENCIÓN Y ATENCIÓN A LA VARICELA

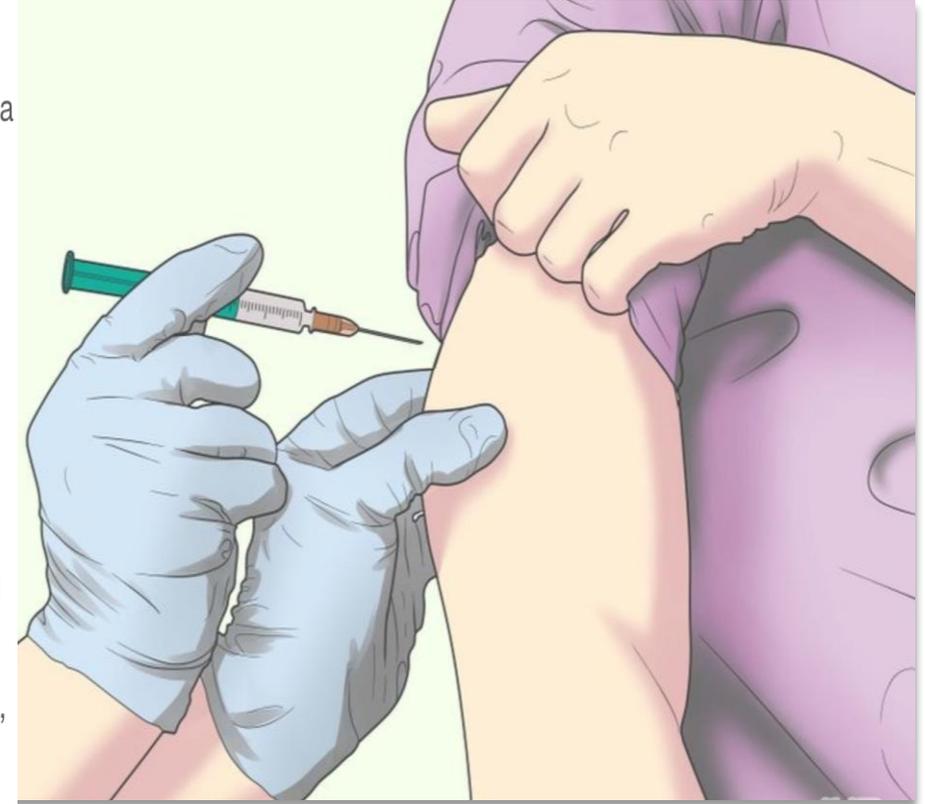


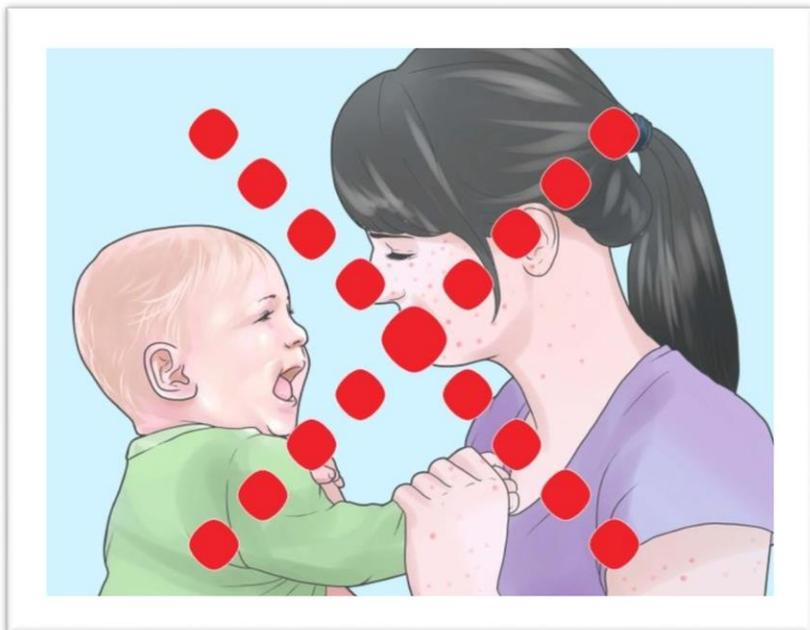
COLEGIO CRISTIANO SEMILLA DE VIDA

1 Vacúnate. La vacuna contra la varicela es la mejor forma para prevenirla. La vacuna protegerá de la infección al 70% y 90% de las personas que se han vacunado y reducirá de manera significativa la gravedad de la enfermedad en el pequeño porcentaje que sí llegara a desarrollarla. La vacuna no solo protege a las personas que la reciben, sino que también reduce la exposición en la comunidad para aquellos que no pueden ser vacunados debido a una enfermedad u otras circunstancias.

- **La vacunación en niños:** desde la introducción de la vacuna contra la varicela en 1995, se recomienda que todos los niños sean vacunados entre las edades de 12 y 18 meses , y de nuevo entre los 4 y 6 años. La vacuna contra la varicela se combina con las vacunas contra el sarampión, las paperas y la rubéola en lo que se conoce como la vacuna MMRV (por sus siglas en inglés).
- **La vacunación en adultos:** la mayoría de los adultos no necesitan vacunarse, ya que es muy probable que se hayan infectado con el virus en algún momento de su infancia. Las personas que ya han tenido varicela son inmunes al virus.
- **Los grupos de alto riesgo:** sin embargo, los adultos que nunca han contraído la enfermedad en el pasado no tienen inmunidad contra el virus y deben vacunarse. Esto es importante en especial para ciertos grupos de “alto riesgo” como: maestros, trabajadores de guarderías y trabajadores de la salud, quienes están en contacto con personas con sistemas inmunes comprometidos (tales como pacientes con VIH), los viajeros internacionales, y las mujeres no embarazadas en edad de procrear.
- **Las pruebas de inmunidad :** si no estás seguro(a) de ser inmune al virus de la varicela y piensas que podrías estar en riesgo, consulta a un profesional de la salud. Te pueden hacer un simple análisis de sangre para comprobar tu inmunidad frente a la varicela. Si no eres inmune, puedes recibir la vacuna contra dicho virus. ^[1]

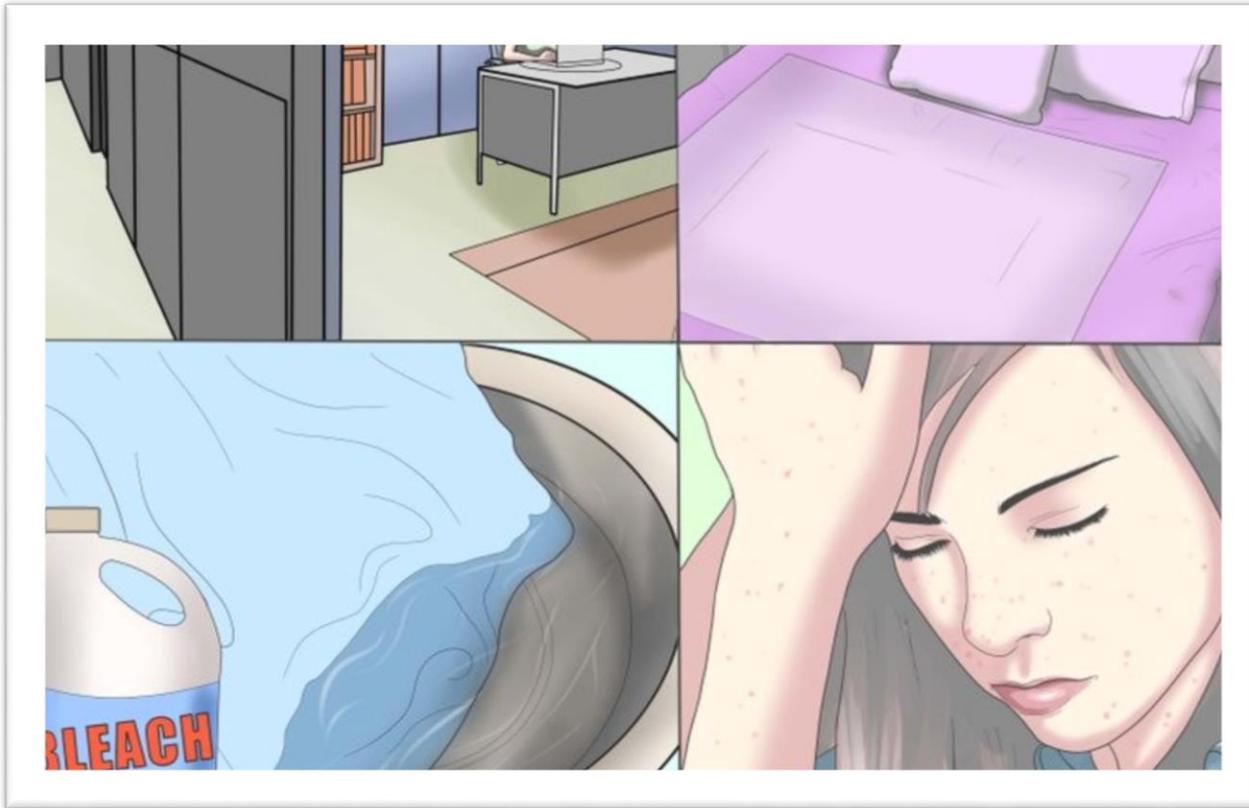
VACÚNATE





NO TE EXPONGAS AL VIRUS

- 2 Evita a los niños y adultos con varicela.** La varicela es muy contagiosa, ya que se transmite a través de rastros del virus en el aire (vía tos y estornudos) y por medio del contacto físico con la erupción de la varicela de una persona infectada.
- Por lo tanto, si crees que tú o tu hijo están en riesgo de desarrollar varicela, es importante que se mantengan alejados(as) de otros niños o adultos con el virus.
 - Ten en cuenta que la varicela es contagiosa desde dos días antes de que se desarrolle la erupción hasta que la última ampolla se haya secado y formado costra.
 - Es muy importante que las personas no inmunes de ciertos grupos de “alto riesgo” eviten entrar en contacto con el virus de la varicela, ya que pueden enfermarse gravemente después de la exposición.
 - Dentro de las personas con “alto riesgo” se encuentran los recién nacidos, las mujeres embarazadas y las personas con sistemas inmunes comprometidos como los pacientes con VIH y aquellos que recién hayan recibido trasplantes de órgano.^[2]



DESINFECTA TU ENTORNO

3 Desinfecta tu casa. Si vives en una casa con un niño o un adulto infectado, puedes contribuir a evitar que el virus se transmita a otra persona desinfectando de forma periódica los mostradores, mesas, sillas, juguetes y otras superficies que puedan haber estado en contacto con la persona infectada.

- Además, debes asegurarte de que la ropa y las sábanas de la cama del niño o adulto infectado se laven de manera regular y meticulosa.^[3]



OBSERVA LOS SÍNTOMAS

- 1 **Observa si hay síntomas de la varicela.** Busca los siguientes síntomas si sospechas que se trata de varicela:
 - Una erupción similar a ampollas que aparecen primero en la cara, el pecho y la espalda antes de extenderse a otras áreas del cuerpo. Esta erupción suele causar comezón, y se convertirá en ampollas llenas de líquido, las cuales luego se revientan y forman una costra.
 - Otros síntomas incluyen cansancio o fatiga, dolores de cabeza, deshidratación, fiebre alta y pérdida de apetito.



NO CONTAGIES A OTROS; NO ENVÍES TU NIÑO ENFERMO AL COLEGIO

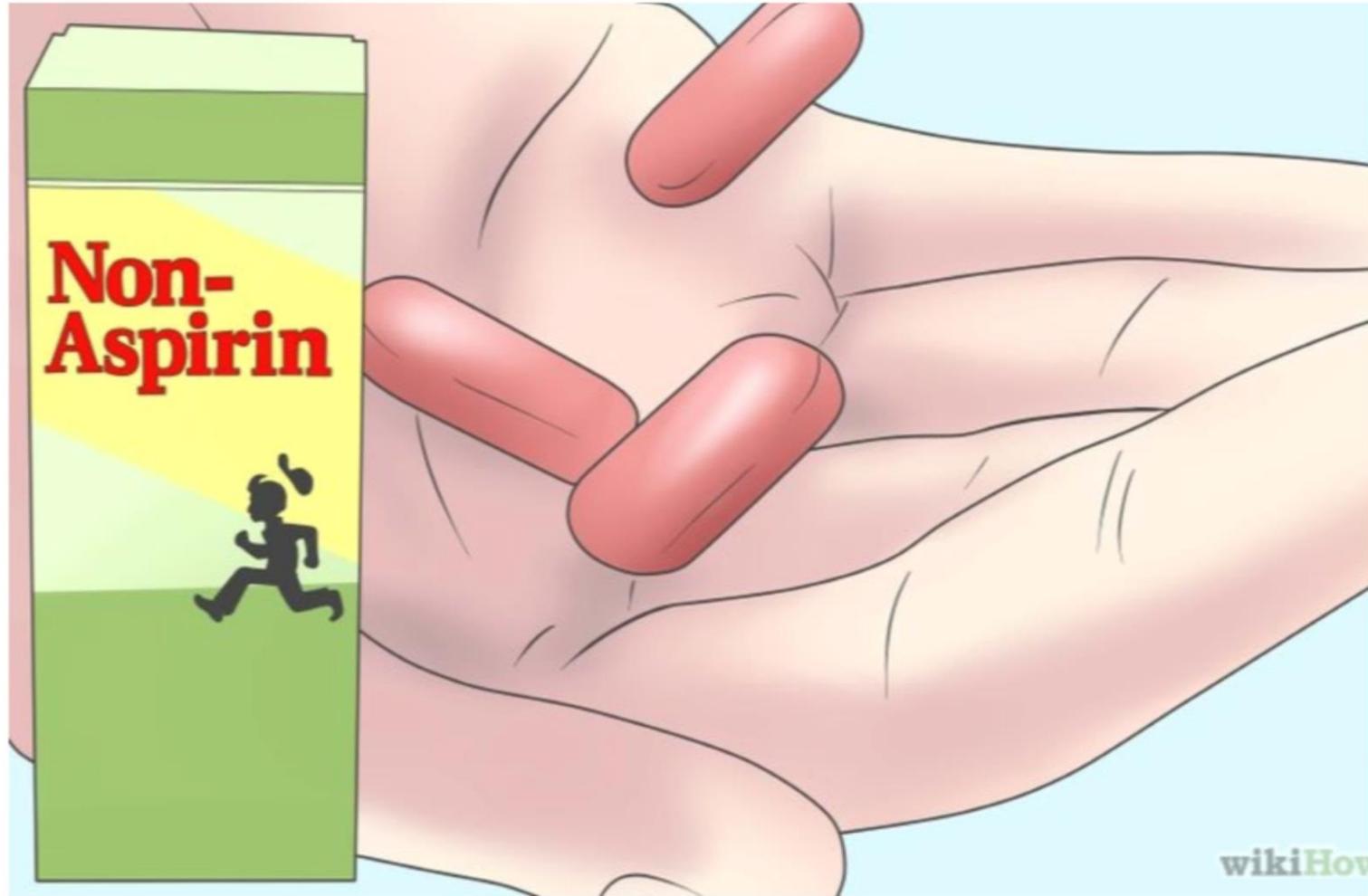
2 Mantén a tu hijo en casa. Aleja a tu hijo de la escuela o guardería desde el momento en el que comienzan los síntomas hasta que las últimas ampollas hayan formado costras o hasta que ya no se formen nuevas. Esto suele tardar entre 5 y 10 días.

- También puedes informarles a los padres de los niños con los que tu hijo estuvo en contacto hace poco, ya que es posible que tu hijo haya contagiado el virus antes de que los síntomas siquiera aparecieran.
- Si tú u otro adulto están enfermos, también es importante que te quedes en casa lejos del trabajo con el fin de evitar transmitirle el virus a otra persona, sobre todo a alguien que está en riesgo de desarrollar síntomas más graves.

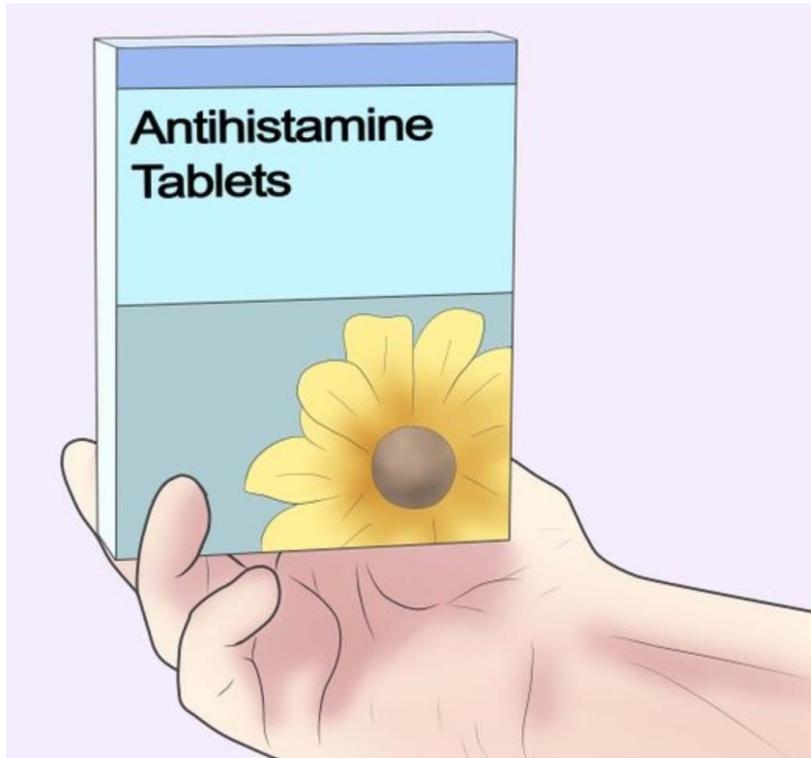


CUÍDATE!
TEN PACIENCIA

- 3** **Deja que la enfermedad siga su curso.** Dado que la varicela no es una enfermedad grave, en la mayoría de los casos se le permite seguir su curso sin necesidad de intervención médica. Solo trata de mantener al paciente lo más cómodo posible. ¡La fiebre, el dolor de cabeza, la fatiga, la comezón y las ampollas dolorosas no son divertidos para ninguna persona!



- 4** **Baja la fiebre.** Para bajar la fiebre, puedes darle a tu hijo medicamentos que no contengan aspirina, tales como acetaminofeno (Tylenol). Recuerda que la dosis necesaria dependerá del peso del niño, en lugar de su edad.



USA AYUDAS

- 5 Alivia la comezón.** Es probable que la erupción pruriginosa sea el síntoma más molesto de la varicela. Sin embargo, la comezón puede aliviarse tomando medicamentos antihistamínicos, frotando loción de calamina en la piel con ampollas, y tomando un baño de agua fría que contenga avena cruda, harina de avena coloidal o bicarbonato de sodio.
- Si tu hijo es demasiado joven para saber que no debe rascarse, puedes ponerle guantes en las manos para evitarlo. Esto es de especial utilidad en la noche.
 - Además, debes mantener tus o sus uñas cortas para evitar que las ampollas de la varicela se infecten a causa de las bacterias que se encuentran debajo de las uñas.^[4]



CONSULTA CON TU MÉDICO

6 Consulta con un médico si se presentan síntomas graves. En raras ocasiones, o en adultos o niños con sistemas inmunes comprometidos, el virus de la varicela puede producir síntomas más graves. Si notas alguno de los **siguientes síntomas**, debes llamar a tu proveedor de atención médica de inmediato:

- Fiebre que dura más de cuatro días o fiebre que alcanza más de 39 C°.
- Dificultad para despertarse, caminar o respirar.
- Erupción o un área del cuerpo que se pone roja, tierna, muy caliente, o que comienza a rezumar líquido o pus. Esto último puede indicar una infección bacteriana de la piel.
- Sensación de mucho malestar, vómitos frecuentes o tos severa.
- **Tratamiento:** si presentas cualquiera de estos síntomas, tu médico te puede recetar medicamentos antivirales aprobados para el tratamiento contra la varicela, tales como aciclovir, valaciclovir y famciclovir.
- Solo asegúrate de llamar con anticipación antes de traer a un niño enfermo a consulta con un médico, puesto que así se puede ayudar a reducir al mínimo el tiempo de espera y a evitar la propagación del virus de la varicela a otras personas en la sala de espera, cuyos sistemas inmunológicos pueden ya encontrarse comprometidos por alguna enfermedad.^[2]



**NO
ASPIRINAS**

7 **No les des aspirina a las personas infectadas con varicela.** A las personas (en especial, niños) con el virus de la varicela nunca se les debe administrar ningún producto con aspirina.

- Esto se debe a que el uso de la aspirina en enfermos de varicela guarda relación con el síndrome de Reye, una enfermedad grave que afecta el hígado y el cerebro, y que puede llegar a causar la muerte.^[4]
- En su lugar, usa medicamentos en base a paracetamol, o discute otras opciones con tu médico.

SI TU NIÑO O NIÑA HA SIDO CONTAGIADO O ESTÁ ENFERMO DE VARICELA, NO LO ENVÍES AL COLEGIO DURANTE LAS DOS SEMANAS O DIEZ DÍAS SIGUIENTES AL DIAGNÓSTICO MÉDICO. DE ESTA MANERA AYUDAREMOS A PREVENIR EL CONTAGIO. .



- En el 70 al 75% de los niños vacunados, la varicela es por lo general suave y no produce mayores síntomas que algunas ronchas.
- El 15 al 20% de la gente que ha recibido una dosis de la vacuna se contagia la enfermedad de todas formas si tienen exposición al virus. En esos casos, la enfermedad no suele ser grave.
- Es necesario que sepas que la mayoría de personas que reciben la vacuna contra la varicela no sufren complicaciones. El riesgo de que la vacuna contra este virus genere un daño serio o la muerte es mínimo.
- Sin embargo, hay algunas pocas que pueden tener una reacción alérgica. Se pueden producir los siguientes efectos secundarios leves: inflamación o dolor donde se aplicó la inyección, erupción cutánea leve, o fiebre. En casos raros, la vacuna puede causar convulsiones debido a la fiebre o neumonía.

Advertencias

- Otras complicaciones graves se deben directamente por la infección que causa el virus varicella zoster. Esto incluye la neumonía viral, infección del cerebro (encefalitis) y problemas de sangrado.
- Puede haber complicaciones graves a consecuencia de la varicela. Dentro de ellas se encuentran infecciones bacterianas que pueden implicar muchos sitios del cuerpo, incluyendo la piel, los tejidos debajo de la piel, los pulmones (neumonía), la médula, la sangre y las articulaciones.
- La vacuna contra la varicela no es apta para mujeres embarazadas; sin embargo, a las mujeres embarazadas no inmunes se les puede administrar una inyección alternativa que contiene una sustancia llamada varicela inmunoglobulina para protegerlas de la infección.