Las paperas
Mumps

¿Qué son las paperas?

Las paperas son una enfermedad causada por el virus de las paperas. Las paperas eran una enfermedad infantil común antes de las vacunaciones. Ahora es más común entre los adultos jóvenes.

Las paperas pueden causar encefalitis, una inflamación del cerebro que puede causar convulsiones o daños cerebrales. Alrededor de 1 de cada 20 personas con paperas contrae meningitis por paperas, una infección de la membrana que recubre el cerebro.

Las paperas también pueden causar sordera temporal. La sordera permanente ocurre en menos de 1 de cada 20.000 personas que contrae las paperas.

Los adultos y adolescentes con paperas pueden tener una hinchazón dolorosa de los testículos (alrededor de 1 de cada 4 casos) o de los ovarios (alrededor de 1 de cada 20 casos). Ambas afecciones son temporales y raramente resultan en daños permanentes o esterilidad.

Una infección por paperas en una etapa temprana del embarazo puede aumentar la tasa de aborto espontáneo pero no ha mostrado ser la causa de malformaciones congénitas.

¿Existe una vacuna contra las paperas?

Hay 2 vacunas disponibles en B.C. que proporcionan protección contra las paperas:

1. La vacuna contra el sarampión, paperas y rubéola (SPR o MMR, por sus siglas en inglés)
2. La vacuna contra el sarampión, paperas, rubéola y varicela (SPRV o MMRV, por sus siglas en inglés)

Las vacunas se administran de manera gratuita como parte de las vacunaciones infantiles sistemáticas así como para otras personas que necesiten protección contra las paperas. Para más información, consulte HealthLinkBC File #14a Vacuna contra el sarampión, paperas y rubéola (SPR) y HealthLinkBC File #14e Vacuna contra el sarampión, paperas, rubéola y varicela (SPRV).

¿Cómo se transmiten las paperas?

Las paperas son muy contagiosas y se transmiten con facilidad. Las paperas se transmiten por el contacto con la saliva o la mucosidad de la boca, nariz o garganta de una persona infectada. Cuando una persona infectada tose o estornuda, el virus se transmite por medio de gotas en el aire. Puede estar expuesto al virus incluso si se encuentra a 2 metros de alguien con paperas. Puede contraer la infección al respirar estas gotas o al tocar objetos y superficies contaminados con el virus.Compartir comida, bebidas o cigarrillos, o besar a alguien que tenga el virus también puede ponerle en peligro.

¿Cuáles son los síntomas?

Entre los síntomas se incluyen la fiebre, dolor muscular, dolor de cabeza e inflamación de las glándulas salivales, especialmente de las glándulas parótidas que se encuentran a los lados de las mejillas.

Alrededor de 1 de cada 3 personas con paperas no sufre una inflamación de las glándulas salivales. Hasta un 30 % de las personas con paperas no presentan ningún síntoma. Sin embargo, aun así pueden transmitir el virus a otras personas.

Los síntomas pueden aparecer de 12 a 25 días después de la infección por el virus de las paperas.

¿Qué sucede si he estado expuesto a las paperas?

Si ha estado expuesto a alguien con paperas y no ha pasado la enfermedad o no ha recibido el número recomendado de dosis de una vacuna contra las paperas, debería vacunarse. Aunque es posible que recibir la vacuna contra las paperas

después de una exposición no evite que se enferme, le protegerá contra futuras exposiciones al virus. Revise su cartilla de vacunación para ver cuántas vacunas contra las paperas ha recibido. Si ha nacido en 1970 o después, se recomiendan 1 o 2 dosis de la vacuna contra las paperas para tener la protección necesaria. Hable con su proveedor de asistencia sanitaria para saber si necesita vacunarse. Las personas nacidas antes de 1970 están probablemente inmunizadas contra las paperas y no necesitan inmunizarse.

¿Qué debo hacer si creo que tengo paperas?

Si tiene las glándulas salivales inflamadas, especialmente si ha estado en contacto con una persona con paperas o ha viajado a una zona en la que hay un brote de paperas, acuda a un proveedor de asistencia sanitaria para que le examine. Lo mejor es llamar con antelación para que le atienda un proveedor de asistencia sanitaria rápidamente y sin que pueda llegar a contagiar a otras personas. Las paperas se pueden transmitir fácilmente en lugares como las salas de espera y en urgencias. El médico o la enfermera de triaje puede asegurarse de que vaya a una zona cerrada para que le examinen y que acuda a la clínica en un momento en el que la sala de espera esté vacía. Traiga su cartilla de vacunación. Para diagnosticar las paperas, se realizará un examen físico, un análisis de sangre y se tomará un frotis de las glándulas salivales del interior de la boca o una muestra de orina.

¿Cómo puedo prevenir la transmisión de las paperas a otros?

Una persona con paperas puede transmitir el virus a los demás desde 7 días antes hasta 9 días después de que se desarrollen los síntomas. Si tiene paperas, puede ayudar a evitar la transmisión a otros al:

- Quedarse en casa y no ir a la escuela, a la guardería, al trabajo y a otros entornos grupales durante al menos 5 días después de que haya comenzado la inflamación de las glándulas salivales
- Lavarse las manos con regularidad
- Toser o estornudar en un pañuelo o en la manga en lugar de en sus manos
- No compartir comida, bebidas o cigarrillos, ni besar a otros

¿Cuál es el tratamiento en el hogar?

Después de ver a un proveedor de asistencia sanitaria, los siguientes consejos para el tratamiento en casa pueden ayudarle a estar más cómodo mientras descansa y se recupera.

- Tome muchos líquidos como agua, jugo y sopa, especialmente si tiene fiebre
- Descanse mucho
- Use una compresa de hielo o una compresa caliente en la mandíbula hinchada o dolorida. Asegúrese de poner una toalla fina en la mandíbula para proteger la piel
- Evite los alimentos y los líquidos ácidos porque las glándulas salivales inflamadas son muy sensibles a los sabores ácidos
- Coma trocitos de hielo o refrigerios helados con sabores y alimentos suaves que no tengan que masticarse

Se puede dar acetaminofén (p. ej. Tylenol®) o ibuprofeno* (p. ej. Advil®) para la fiebre o el dolor. No se debe dar AAS (Aspirina®) a ninguna persona menor de 18 años de edad debido al riesgo del síndrome de Reye.

*No se debe dar ibuprofeno a niños menores de 6 meses de edad sin consultar antes a su proveedor de asistencia sanitaria.

Para obtener más información sobre el Síndrome de Reye, consulte HealthLinkBC File #84 Síndrome de Reye.

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority