

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 protegen contra las paperas:

1. Vacuna contra el sarampión, paperas y rubéola (SPR)
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 regulares así como a aquellos que necesiten

protección contra las paperas. Para más información, vea [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 con paperas. El virus de las paperas se transmite a través de gotitas en el aire que se expulsan al toser o estornudar. Puede contraer la infección si respira estas gotas o si toca objetos y superficies contaminados con el virus. Compartir comida, bebidas o cigarrillos, o besar a alguien con paperas también puede ponerle en peligro.

¿Cuáles son los síntomas?

Entre los síntomas de las paperas se incluyen la fiebre, dolor muscular, dolor de cabeza, cansancio, pérdida de apetito 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, pero todavía pueden transmitir el virus de las paperas a otras personas.

Los síntomas normalmente comienzan de 12 a 25 días después de la exposición al 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 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 un 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. Es mejor que llame con antelación para que le vean rápidamente sin exponer a otros. Las paperas se pueden transmitir fácilmente en lugares como las salas de espera y en urgencias. El médico o la enfermera pueden asegurarse de que se le lleve 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, vea [HealthLinkBC File #84 Síndrome de Reye](#).



Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files o visite su unidad local de Salud Pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.