

# PAPERAS

## ¿Qué son las paperas?

Es una infección causada por el virus de las paperas. A veces se conoce como parotiditis.

## ¿Cuáles son los síntomas de las paperas?

Algunos de los síntomas son posible fiebre, dolor de cabeza, dolores musculares, cansancio y pérdida de apetito; a esto le sigue la hinchazón de las mejillas debido a la inflamación de las glándulas salivales. Las glándulas salivales de las parótidas que se encuentran cerca de la oreja y parte posterior de la mandíbula son las que normalmente se ven afectadas. Los síntomas suelen aparecer de 16 a 18 días después de haber estado expuesto, pero pueden aparecer en cualquier momento entre 12 y 25 días después del contagio. Algunas personas no tienen ningún síntoma.

## ¿Cómo se transmiten las paperas?

Las paperas se transmiten cuando una persona estornuda o tose y expulsa al aire pequeñas gotitas que tienen el virus. También se puede transmitir por contacto directo con la saliva y secreciones de la nariz o la garganta de una persona infectada.

## ¿Por cuánto tiempo puede alguien con paperas contagiar a otros?

Las paperas son contagiosas desde 1 ó 2 días antes de que comience la hinchazón hasta 9 días después de que ésta comenzara.

## ¿Quién puede contraer las paperas?

Sólo se pueden contraer las paperas una vez en la vida, después de haberlas pasado la persona es inmune. Por lo general, las personas nacidas antes de 1957 ya pasaron las paperas. Las personas que recibieron dos dosis de la vacuna contra las paperas tienen menos posibilidades de contraer la enfermedad. Las personas que tienen mayor riesgo son niños mayores, adolescentes y adultos.

**¿Cómo se tratan las paperas?** No hay un tratamiento específico para las paperas. Se puede prestar ayuda para aliviar los síntomas según sea necesario.

## ¿Es necesario quedarse en casa y no ir a la escuela, a la guardería o al trabajo?

Sí. Las personas infectadas deben quedarse en casa y no ir a la escuela, a la guardería, al trabajo o a otros lugares donde puedan exponer a otros al virus hasta que se hayan cumplido 9 días después de que comenzara la hinchazón.

## ¿Cómo puedo protegerme yo y proteger a mi familia contra las paperas?

- La vacuna contra las paperas es la mejor forma de prevenir la enfermedad. Se recomiendan dos dosis de la triple viral (MMR o MMRV en inglés) contra el sarampión, las paperas y la rubéola para todos los niños de un año de edad y mayores. Los estudiantes universitarios y trabajadores de la salud deben recibir también dos dosis de esta vacuna. Los trabajadores de la salud pueden usar una prueba de sangre para demostrar su inmunidad.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón, y enséñeles a los niños a hacerlo también. (En lugar de lavárselas puede usar un gel desinfectante para manos cuando no se vean sucias).
- Siempre cúbrase la nariz y la boca al toser o estornudar y después lávese las manos.