

17.4. Varicela

La **varicela** es una enfermedad infecciosa producida por un virus.

Es habitual en niños, aunque también puede afectar a adultos que no la hayan pasado.

Produce una erupción en forma de granos rojos y vesículas (ampollas de pequeño tamaño), que en unos días se secan y dejan una costra. La erupción **pica mucho** y también puede afectar a la cabeza, boca y garganta. Puede acompañarse de decaimiento y fiebre, por lo general no muy alta.

Se contagia fácilmente por la saliva o el moco al toser o estornudar, por el contacto de las ampollas que aún no han formado la costra y por llevarse a la boca objetos o juguetes contaminados. La enfermedad es contagiosa desde 2 días antes de aparecer la erupción hasta que toda la erupción esté en fase de costra.

¿Qué debe hacer?

- **Para evitar el contagio: no debe llevarle al colegio** ni a la guardería. Evite también que esté con otros niños, mujeres embarazadas o enfermos que no hayan pasado la varicela, hasta que todos los granos se hayan convertido en costras (aproximadamente, 7 días tras los primeros granos).

- **Para calmar el picor:**

- **Báñelo** con agua tibia varias veces al día. El baño alivia el picor y previene la infección de la erupción por otros gérmenes. Puede añadir al baño medio sobre de **avena coloidal**. Séquelo suavemente, sin frotar.

- Evite que el niño se rasque, abrigarle demasiado o el exceso de calor.

- Córtelo y mantenga limpias las **uñas** para evitar infecciones de la piel por el rascado.

- Si el picor no disminuye, es útil la **loción de calamina** sobre la piel 3 o 4 veces al día.

- **Si tiene lesiones en la boca**, estas pueden ser dolorosas. En ese caso déle alimentos blandos como sopas, purés, hervidos, flanes, zumos, helados y líquidos **frescos**.

- **Para tratar la fiebre o el dolor** en la boca o la garganta por lesiones de varicela:

- Puede darle **paracetamol**, a las dosis que le aconseje su médico.

- **Evite darle aspirina** y cualquier producto que la contenga.

- **Una vez resuelta la varicela:**

- Protéjale durante un tiempo del sol. Póngale manga larga y gorra con visera y use cremas de protección solar, para evitar que las cicatrices duren y se noten más.

- La varicela no deja marcas en la piel a no ser que se infecte.



¿Cuándo consultar a su médico de familia?

- Para confirmar que es una varicela.
- Si el picor no disminuye.
- Cuando el niño tenga fiebre alta o esté muy decaído.
- Si tiene mucha tos.
- Si la piel de alrededor de las vesículas está hinchada y roja, o si las costras están húmedas, con pus, inflamadas o son dolorosas.
- Si el niño presenta cojera.
- Si aparecen lesiones en los ojos.
- Si le duele mucho la boca y el niño no quiere comer o beber.
- Si está embarazada, padece una enfermedad grave o inmunitaria (las defensas bajas), y no ha pasado la enfermedad, y está en contacto con un paciente con varicela.



¿Dónde conseguir más información?

- www.cdc.gov/vaccines/upd-vac/varicella/fs-parents-sp.html
- www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/001592.htm
- www.serpadres.es/salud/varicela-en-ninos-sintomas-y-tratamiento.html