

21.4. Mononucleosis infecciosa

La causa más frecuente es el virus de Epstein-Barr, aunque otros virus pueden causar esta enfermedad. La contagiosidad es alta y se produce fundamentalmente por contacto **íntimo** (saliva y también por otros fluidos corporales), se transmite de persona a persona a través de la tos o el beso, por lo que también se la llama «enfermedad del beso». Es más común en adolescentes y adultos jóvenes (15-24 años), aunque se puede contraer a cualquier edad y habitualmente solo se pasa una vez. El período de contagio no se ha determinado. Después de haber sido expuestos al virus aparecen los síntomas gradualmente y no todos al mismo tiempo. Se inicia con malestar, cansancio, pérdida del apetito, astenia, dolores musculares y de cabeza. A los 7-14 días aparecen la fiebre, el dolor de garganta (síntoma más frecuente), inflamación y dolor de amígdalas y ganglios (cuello y axilas). Inflamación de hígado o bazo. En los niños pequeños son habitualmente leves; sin embargo, en los adolescentes y adultos jóvenes pueden ser más graves (fiebre más prolongada, sin presencia de faringitis ni adenopatías y con mayor frecuencia de afectación hepática). La fiebre suele ceder normalmente en 10 días; la inflamación de los ganglios y del bazo, en 4 semanas. El cansancio desaparece por lo regular en pocas semanas, aunque puede persistir 2 o 3 meses.

El médico le indicará si tiene la infección. El diagnóstico de sospecha siempre es clínico (presencia de síntomas sugestivos) y la confirmación mediante análisis de sangre (determinación de anticuerpos).

No existe vacuna contra la mononucleosis.



- No está justificado el tratamiento antivírico específico.
- Los corticoides no están indicados para la enfermedad no complicada y pueden predisponer a sobreinfección bacteriana.

¿Cuándo consultar a su médico/a de familia?

- Si le han recetado antibióticos por padecer anginas y observa que no mejora o sospecha que tiene los ganglios inflamados (se toca bultos en el cuello).
- Si nota malestar en el vientre. La principal complicación es el agrandamiento del bazo, que se encuentra en la parte superior izquierda del abdomen, pudiendo romperse.
- Si presenta fiebre muy alta, dolor de cabeza intenso, debilidad en brazos y piernas, dificultades para tragar o respirar (puede tener agrandamiento de las anginas con obstrucción de las vías respiratorias), color amarillo de ojos o piel (presentar afectación hepática).

¿Qué puede hacer?

La enfermedad suele ser benigna y autolimitada (2-4 semanas). El virus desaparece por sí solo. No hay tratamiento curativo. Alivia los síntomas:

- Guardar reposo.
- No es necesario aislar a los enfermos para evitar la transmisión de la infección.
- Mantenerse hidratado, bebiendo líquidos.
- Dar analgésicos (paracetamol o ibuprofeno) para el dolor. Evitar dar **aspirina** a los niños, ya que puede ocasionar una rara y grave enfermedad: síndrome de Reye.
- Evitar la actividad física y deportes de contacto durante el primer mes (pone en riesgo la rotura del bazo, especialmente si está agrandado).
- Los antibióticos no son eficaces en una enfermedad causada por virus.

¿Dónde conseguir más información?

- <https://es.familydoctor.org/condicion/mononucleosis/>
- <https://www.cdc.gov/epstein-barr/about-mono-sp.html>
- <https://medlineplus.gov/spanish/infectiousmononucleosis.html>
- <https://www.familiaysalud.es/sintomas-y-enfermedades/infecciones/de-la-h-la-o/mononucleosis-infecciosa-o-enfermedad-del-beso-me>