

MANEJO DE LA MONONUCLEOSIS

¿Qué Es Mononucleosis?

La mononucleosis, también llamada mono o enfermedad del beso, es una infección aguda que afecta el sistema respiratorio, el hígado, y el sistema linfático. Ésta se transmite por contacto. La mononucleosis es común en adolescentes y adultos jóvenes y es rara en personas mayores de 35 años. Usualmente es inofensiva y se cura por sí sola. En casos raros, ésta puede ser seria y producir fatiga severa, de manera que la persona pierde semanas de escuela o trabajo. La complicación más seria es la hinchazón del bazo. Este puede reventar si se golpea durante un contacto directo, como al practicar deportes de contacto.

¿Cuál Es la Causa de la Mononucleosis?

La causa es el virus de Epstein-Barr (VEB). El virus se transmite a través de la saliva, al besar, toser, o al compartir alimentos o utensilios con alguien infectado. El virus también puede transmitirse a través del moco, sangre, semen o secreciones vaginales.

¿Cuáles Son los Síntomas de la Mononucleosis?

Los síntomas más importantes son fiebre, e hinchazón y dolor de las glándulas, especialmente las del cuello. También pueden presentarse dolor de cabeza, dolor muscular y de las articulaciones, dolor corporal generalizado, pérdida de apetito, malestar, hinchazón de los ojos, erupción, llenura o dolor de estómago, cansancio severo (dormir 12 a 16 horas diariamente), dolor abdominal, y piel amarilla.

La fiebre, el dolor del cuerpo, y el dolor de garganta usualmente desaparecen después de 1 a 4 semanas. Si el bazo aumentó de tamaño, es posible que pasen 6 semanas antes que vuelva a la normalidad y para que el riesgo de reventar desaparezca. La persona puede sentirse cansada por

varios meses después de tener mononucleosis. Algunas veces las amígdalas aumentan de tamaño y pueden producir dificultad para respirar.

¿Cómo Se Diagnostica la Mononucleosis?

El médico toma la historia médica y hace un examen físico, prestando especial atención al cuello, la garganta y el abdomen. Pruebas de sangre y algunas veces cultivos de garganta son realizados para confirmar el diagnóstico.

¿Cuál Es el Tratamiento para la Mononucleosis?

La mayoría de los casos mejoran por sí solos. Los antibióticos no funcionan debido a que la causa es un virus. El descanso en cama y una buena nutrición son el mejor tratamiento. No se necesita una dieta especial. Para los dolores en los músculos y el malestar leve, se usa ibuprofeno o naproxeno. Los niños menores de 16 años no deben tomar aspirina debido al riesgo de padecer el síndrome de Reye. Es posible que se receten esteroides para la inflamación severa de la garganta. La recuperación lleva de 10 días a meses.

Qué DEBE y NO DEBE Hacer para Manejar la Mononucleosis

- ✓ **DEBE** descansar y tomar suficientes líquidos.
- ✓ **DEBE** reportar al médico las medicinas que toma, incluyendo las disponibles con y sin receta médica.
- ✓ **DEBE** informar al médico si los síntomas empeoran o no mejoran después de 2 semanas.
- ✓ **DEBE** informar al médico si tiene dolor de estómago o en el hombro.

- ✓ **DEBE** obtener la aprobación del médico para levantar objetos pesados o para practicar deportes de contacto.
- ✓ **DEBE** hacer arreglos para hacer el trabajo de la escuela en el hogar, si es necesario.
- ✓ **DEBE** evitar besar o compartir los alimentos y los utensilios con alguien que está enfermo. Lávese las manos a menudo.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si la fiebre es más de 102° F.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tiene dificultad para tragar o para respirar, si está constipado y hace esfuerzos durante las deposiciones, o si presenta dolor abdominal severo y repentino.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tiene dolor de cabeza severo, o dolor o rigidez del cuello.
- ⊗ **NO DEBE** tomar alcohol.
- ⊗ **NO DEBE** practicar deportes de contacto.
- ⊗ **NO DEBE** dar al niño aspirina debido al riesgo de padecer el síndrome de Reye. El síndrome de Reye produce falla de los órganos, afectando especialmente el cerebro y el hígado. Los síntomas usualmente comienzan con vómito.

DEL ESCRITORIO DE

NOTAS

PARA MAYOR INFORMACIÓN

Visite las siguientes paginas web:

- The Infectious Diseases Society of America: Tel: (703) 299-0200; Website:
<http://www.idsociety.org>
- WebMD: Website: <http://www.webmd.com>

Copyright © 2021 by Elsevier, Inc.