

## **MANEJO DE LAS PAPERAS**

### **¿Qué Son las Paperas?**

Las paperas son una infección viral que produce hinchazón dolorosa de las glándulas salivales. Estas glándulas, a ambos lados de la mandíbula, producen saliva. Las paperas se presentan más a menudo en niños entre los 10 y 15 años de edad.

Antes que se desarrollara la vacuna contra las paperas, ésta era una enfermedad común de la niñez. Actualmente es mucho menos común.

Pueden presentarse complicaciones, usualmente en adultos. Puede perderse la audición temporalmente. Los órganos pueden hincharse e irritarse. Estos órganos son los testículos en jóvenes que han llegado a la pubertad y en hombres (algunas veces infertilidad), los ovarios o los senos en las niñas que han llegado a la pubertad, el páncreas, el recubrimiento del cerebro, el corazón y las articulaciones.

### **¿Cuál Es la Causa de las Paperas?**

Las paperas son causadas por un virus. Este se transmite de persona a persona por medio de gotitas en el aire o por contacto directo. Las paperas aparecen en 14 a 18 días. Las personas que tienen paperas son contagiosas 48 horas antes y hasta 6 días después que se presente la hinchazón.

### **¿Cuáles Son los Síntomas de las Paperas?**

Los primeros síntomas antes que se presente la hinchazón son malestar, falta de apetito, y a menudo dolor de cabeza. Más adelante, los síntomas son dolor e hinchazón en uno o ambos lados del cuello, al frente de las orejas en la esquina de la mandíbula; dificultad para tragar o para

hablar; fiebre; y erupción. La fiebre mejora en 3 o 4 días, y la hinchazón y el dolor mejoran en una semana aproximadamente. Casi la mitad de las personas no presentan síntomas.

### **¿Cómo Se Diagnostican las Paperas?**

El médico hace el diagnóstico por medio de la historia médica y del examen físico. También se realizan pruebas de la garganta usando un hisopo y pruebas de sangre.

### **¿Cuál Es el Tratamiento para las Paperas?**

Usualmente la recuperación lleva 10 días y normalmente proporciona inmunidad de por vida. El acetaminofén o el ibuprofeno pueden ayudar a disminuir la fiebre y el dolor. Las compresas frías sobre la mandíbula puede aliviar el dolor. Los baños de esponja con agua tibia pueden ayudar a bajar la fiebre. Tome más líquidos, pero no líquidos ácidos o agrios. Evite los alimentos condimentados que puedan hacer que se produzca más saliva o que necesiten mucha masticación. Descanse hasta que la fiebre desaparezca y hasta que tenga fuerzas nuevamente. Los niños deben faltar a la escuela hasta que ya no sean contagiosos (8 a 9 días después que la hinchazón desaparezca).

### **Qué DEBE y NO DEBE Hacer para Manejar las Paperas**

- ✓ **DEBE** tomar suficientes líquidos (no ácidos o agrios).
- ✓ **DEBE** permanecer en casa para evitar exponer a otras personas. Descanse mientras tiene fiebre y hasta que tenga fuerza nuevamente.
- ✓ **DEBE** usar compresas frías cerca a los testículos para aliviar el dolor. Use un soporte deportivo.
- ✓ **DEBE** usar compresas frías en la mandíbula para el malestar.

- ✓ **DEBE** ingerir una dieta blanda que no contenga alimentos condimentados e irritantes que puedan hacer que se produzca más saliva o que deban masticarse mucho.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tiene vómito, diarrea, fiebre de más de 101° F, o dolor de cabeza severo que no se alivia con acetaminofén.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si se presenta dolor o hinchazón de los testículos.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si los síntomas no mejoran en unos 7 días.
- ⊗ **NO DEBE** dar aspirina a niños jóvenes menores de 16 años debido al riesgo de padecer el síndrome de Reye, una enfermedad peligrosa.
- ⊗ **NO DEBE** enviar los niños a la escuela mientras sean contagiosos.

DEL ESCRITORIO DE

NOTAS

PARA MAYOR INFORMACIÓN

Visite las siguientes paginas web:

- Centers for Disease Control and Prevention: Tel: (800) 311-3435; Website:  
<http://www.cdc.gov>

- American Academy of Pediatrics: Tel: (847) 434-4000; Website: <http://www.aap.org>

Copyright © 2021 by Elsevier, Inc.