

## Paperas

### ¿Qué son las paperas?

Las paperas son una enfermedad contagiosa causada por un virus. La mayoría de personas infectadas por paperas recuperan en 7 a 10 días. Rara vez, complicaciones graves pueden ocurrir, incluyendo sordera, esterilidad masculina, e hinchazón del cerebro y la médula espinal (meningitis).

### ¿Cómo se transmite?

Las paperas se propagan a través de la saliva o la mucosidad de la boca, nariz o garganta de una persona infectada. Una persona infectada puede transmitir las paperas a otras personas al compartir comida, bebidas, utensilios para comer, cigarrillos, u otros objetos o superficies contaminados con la saliva de una persona infectada.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas generalmente aparecen 12 a 25 días después de que una persona se ha infectado. Los síntomas incluyen:

- Glándulas salivales hinchados y sensibles debajo de las orejas o la mandíbula en un u ambos lados de la cara (parotiditis)
- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Músculos dolorosos
- Cansancio
- Testículos hinchados y dolorosos
- Pérdida del apetito

Las personas infectadas con las paperas se consideran contagiosas desde 1 o 2 días antes del comienzo del hinchazón/dolor hasta 5 días después.

### ¿Cuál es el tratamiento?

No existe un tratamiento específico para las paperas. Su médico le puede ofrecer cuidados generales, como líquidos y descanso, basado en su condición e historial médico.

### ¿Cómo se previene?

**La mejor manera de prevenir las paperas es recibiendo la vacuna MMR (sarampión, paperas, rubéola).** Si usted sufre de paperas, puede evitar la propagación del virus a otras personas con las siguientes medidas:

- Permanezca en su hogar en vez de ir al trabajo, a la escuela, o la guardería infantil hasta 5 días después de que se presente dolor o inflamación en las mandíbulas
- Evite el contacto cercano con otras personas, incluyendo a todos aquellos que estén en su hogar
- No comparta comida, bebidas, utensilios para comer, o cualquier otro objeto que hayan estado en contacto con su boca o nariz
- Cúbrase al toser o estornudar (utilice un pañuelo de papel, la parte superior de la manga, o el codo)
- Lave las manos bien y a menudo
- Limpie las superficies del hogar a menudo con toallitas de limpieza, o con agua y jabón
- Anime a quienes le rodean a que se aseguren de haber recibido 2 dosis de la vacuna MMR