



Puede prevenir el contagio de paperas en el campamento de verano

Protégase y proteja a su familia y a la comunidad

¿Qué son las paperas?

Es una infección viral muy contagiosa que se transmite fácilmente de una persona a otra si esta no es inmune. Puede transmitirse por el aire cuando las personas tosen, estornudan, hablan o ríen. También se puede contagiar cuando se comparten objetos con saliva. Estos objetos pueden ser vasos, botellas, latas, tenedores, cucharas y muchos más.

Vivir en espacios reducidos, como dormitorios o campamentos, puede aumentar el riesgo de propagación de las paperas. Las personas que se contagian de paperas pueden enfermarse mucho y contagiar a otros. Por eso, es importante reconocer los síntomas, seguir medidas de prevención y vacunarse. Cualquier niño que se enferme en el campamento debe recibir atención médica de inmediato. Se debe notificar al director de salud o al director del campamento.

Conozca los signos y síntomas de las paperas.

Las paperas suelen incluir dolor, sensibilidad e inflamación en las glándulas salivales en las mejillas, la mandíbula, la lengua y debajo de la mandíbula. Otros signos y síntomas de las paperas incluyen cansancio, falta de apetito, fiebre, dolores de cabeza, debilidad y dolor muscular.

En promedio, los síntomas de las paperas tardan entre 16 y 18 días en aparecer. La infección es altamente contagiosa antes de que los síntomas aparezcan. Esto significa que las personas pueden contagiar a los demás antes de saber que están enfermas. Una persona infectada puede contagiar paperas desde unos días antes de que las glándulas salivales comiencen a inflamarse hasta 5 días después.



Las complicaciones de las paperas pueden incluir inflamación del cerebro (encefalitis), el tejido que cubre el cerebro y la médula espinal (meningitis), e inflamación de los ovarios, los testículos y el páncreas, así como sordera.

Medidas para prevenir las paperas:

- 1. Vacúnese.** Asegúrese de que usted y su familia tengan todas las vacunas contra las paperas. La vacuna es segura y efectiva. Dos dosis de la vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola (SPR) brindan la mejor protección.
- 2. Sepa si usted y su familia son inmunes.** Se considera que es inmune si posee un registro escrito de 2 dosis de la vacuna SPR. También se considera que es inmune si posee un análisis de laboratorio que demuestra la inmunidad. Si tiene dudas sobre la inmunidad, hable con un proveedor de atención médica antes de ir al campamento.
- 3. Practique una buena higiene.** Lávese las manos a menudo con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos. Frótese entre los dedos, el dorso de las manos y debajo de las uñas. Tosa o estornude en un pañuelo o en el codo. Arroje los pañuelos usados en un cesto de basura con bolsa o con tapa. Esto reducirá el riesgo de que los gérmenes se propaguen en el aire y sobre las superficies.
- 4. Si se enferma, evite el contacto y quédese en su hogar.** Aléjese de las personas que tengan paperas hasta que ya no sean contagiosas. Si se enferma, proteja a los demás quedándose en su hogar hasta que ya no haya riesgo de contagio.
- 5. Llame antes de recibir atención médica.** Si cree que usted o un miembro de su familia tienen paperas, llame antes de recibir atención médica. Esto ayudará al consultorio, la clínica o el departamento de emergencia a tomar medidas para evitar que otras personas se expongan a las paperas.

*¿Necesita una vacuna o quiere obtener más información sobre cómo prevenir las paperas?
Llame a su proveedor de atención médica o al departamento de salud local. Para obtener más información, visite:*

health.ny.gov/mumps



Department
of Health