

Diciembre, 2018.

## **EL CONFESIONARIO MÉDICO: VARICELA**

Por: Dra. M. Abigail Rojas Ronquillo.

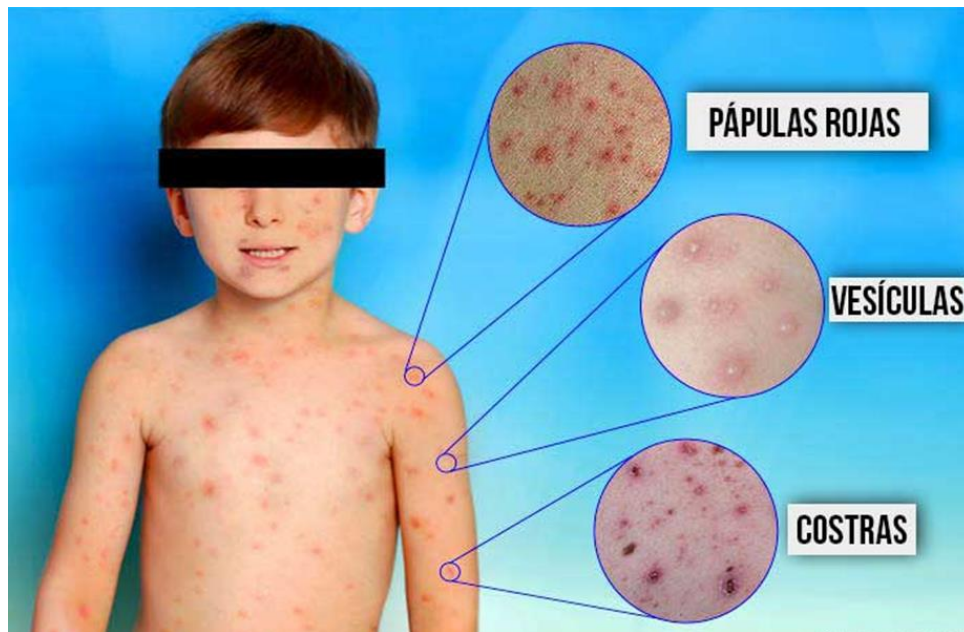
Hola Amigos, ¡último mes del año! Les cuento que hace unos añitos, cuando yo tenía 21 años de edad y mi hermana menor 17, nos dio varicela. No pudo ser más diferente: a ella le duró casi 3 semanas, a mí sólo 10 días; mi hermana la pasó muy mal, tuvo erupción en todo el cuerpo, plantas, palmas, ojos, garganta, etc.; yo sólo tuve en cara, cuello y torso. A mi hermana le crecieron unos ganglios gigantesco debajo de las orejas y a mí no. Sí algo recuerda mi hermana muy bien era el verse al espejo, como galleta de chispas de chocolate, pensando en las cicatrices; recuerda las ganas de rascarse sin parar (sin poder hacerlo) y la fiebre, un malestar que podría tumbar un elefante. Y esa es una horrible combinación de síntomas, ¿Se acuerdan de Job?: «*El acusador se alejó de la presencia del Señor, y envió sobre Job una terrible enfermedad de la piel que lo cubrió de pies a cabeza. Entonces Job fue a sentarse junto a un montón de basura, y tomó un pedazo de olla rota para rascarse.*» (Job 2:7-8, DHH). A mi me contagió mi hermana, así que unas 2 semanas después que ella iniciara apareció la primer “bombita” sobre mí frente. Por aquella época yo ya estaba estudiando en la Facultad de Medicina y sabía lo que tenía que hacer, sólo en 1 semana y piquito se terminó mi enfermedad, sin tantas molestias ni complicaciones; excepto que estuve enferma en vacaciones: Encerrada. Acalorada. Aburrida. Sin poder rascarme. Perdiéndome de las vacaciones.

La **Varicela** es una enfermedad **muy común, y contagiosa**; según la Organización Mundial de la Salud (OMS) hasta el 90% de la población ya habría tenido varicela para antes de los 12 años de edad. Durante el **invierno y primavera** es cuando se presentan la mayoría de los casos, siendo una enfermedad tan común, de esta temporada que empieza, **con tantos mitos, y tan incomoda**; me parece importante que hablemos de ella, así que me di a la tarea de preguntarle a los habitantes de la Diócesis de Tuxpan ¿QUÉ DUDA TIENES SOBRE LA VARICELA QUE NO TE HAS ATREVIDO A CONFESAR? Y esto fue lo que nos dijeron:

### **1.- NARR y MRV ¿POR QUÉ LAS RONCHAS TIENEN DIFERENTES FORMAS ASQUEROSAS? ¿POR QUÉ TE QUEDAN CICATRICES COMO HUECOS?**

**Dra. Abby:** Queridos NARR y MRV, no son asquerosas, para mí son un cielo lleno de estrellas \*u\*. Permítanme explicarme: la varicela es una **fiebre exantemática** (exantema es una erupción en la piel, del griego *exantheo*: florezco) que se caracteriza, entre muchos otros síntomas, por las **lesiones cutáneas** (de la piel). La erupción de la varicela tiene un patrón único: es **centrífuga** (inicia en la cabeza, se extiende al torso y final a las extremidades), aparece **en oleadas** (cada 12 a 24 horas hay nuevas erupciones); pero lo más característico son sus **lesiones evolutivas**. Las lesiones al principio son **pápulas** (pequeña elevación enrojecida), después **vesículas** (pequeñas bolsas en la piel llenas de líquido), posteriormente

se vuelven **pústulas** (pequeñas bolsas en la piel llenas de pus), para finalmente convertirse en **costras** (capa seca de piel, sangre y/o pus que inicia el proceso de cicatrización). El exantema puede pasar de un tipo de lesión al siguiente en 8 a 12 horas. El hecho de que las lesiones aparezcan en oleadas y cambien de forma en cuestión de horas le da al exantema su **morfología** (forma) **característica** de “*cielo estrellado*”, en el que tenemos “ronchas” de distintas formas, colores y tamaños; y es por eso que “se ven asquerosas”. En cuanto a la segunda pregunta (¿Por qué dejan cicatriz?) la respuesta es sencilla: es porque te da comezón, **te rascas** como sí no hubiera un mañana y **te arrancas las costras**. Como dijimos, las costras son la etapa inicial de cicatrización y reconstrucción del tejido; sí las arrancas la piel se cura, pero no se reconstruye, **dejándote con una cicatriz**. En resumen: dejen de arrancarse las costras.



*Etapas de las lesiones dérmicas de la varicela.*



*Cicatrices Post Varicela.*

## 2.- COO ¿ES VERDAD QUE NO DEBES COMER HUEVO O FRIJOLES CUANDO TE DA VARICELA?

**Dra. Abby:** Un placer leerte de nuevo COO. Uno de los **mitos** más comunes cuando tenemos fiebres exantemáticas (ya sea varicela, rubeola, escarlatina, dengue, etc.) es que debemos **limitar algunos alimentos** como huevo, grasas, cacahuates, chocolate, frijoles y otros; La Dra. Yesenia Williams, pediatra del Grupo Médico Panamá, no dice que *“no existe evidencia científica de que consumir estos alimentos empeore, alargue o complique la enfermedad”*. Las únicas recomendaciones alimentarias se dan en pacientes que tienen lesiones en la bucofaringe (paladar, lengua, carrillos, encías, úvula y faringe), a quienes les pedimos eviten alimentos ácidos, salados o picosos, ya que las llagas pueden escocer (o sea que arden bien perrón).

## 3.- OBS ¿ES CIERTO QUE ES MAS CONTAGIOSA CUANDO LOS GRANOS TIENEN COSTRA?

**Dra. Abby:** Estimadísimo OBS, así mismo, pero al revés volteado. Lo que quiero decir es que es todo lo contrario a lo que comentas; al momento de secarse la lesión y **aparecer la costra** inmediatamente **dejas de ser contagioso**. Es importante recordar que cuando las primeras lesiones estén con costras aún tendrás lesiones en pústula, vesícula y/o pápula; así que dejarás de ser contagioso cuando las primeras lesiones en salir estén cicatrizadas, las últimas que aparecieron tengan costras y no tengas de los otros tipos de lesiones que te mencione.



*Patrón de "cielo estrellado", se aprecian pápulas, vesículas y pústulas (lesiones infectantes) junto con costras (lesiones no infectantes).*

#### 4.- JYLM ¿CUÁNTO TIEMPO DESPUÉS DE QUE ME EMPEZÓ LA VARICELA PUEDO CONTAGIAR A ALGUIEN? ¿CUANTOS DIAS DEBO REPOSAR PARA NO CONTAGIAR?

**Dra. Abby:** ¡Uuuy JYLM!, pues fíjate que eres contagiosa desde antes de que te empiece la varicela. La varicela puede **contagiarse por tres mecanismos**: 1.- por **gotas de Flügge**, saliva en gotitas microscópicas que expulsamos hasta a 1.5 metros de distancia cuando hablamos (y muchos más metros cuando tosemos o estornudamos). 2.- Por **contacto directo** con las **lesiones** de la piel. Y, 3.- **De la madre al feto** por la circulación materno-fetal. La Varicela se inicia de **10 a 21 días** después de que nos contagiaron; este **periodo sin síntomas** se llama “**de Incubación**” y sirve para que los virus se reproduzcan hasta un número suficiente para producir síntomas. Una vez concluido el periodo de incubación inicia el **periodo “Prodrómico”**, caracterizado por **1 a 2 días de síntomas generales y vagos** como: fiebre, ganglios crecidos en el cuello (adenopatías cervicales), malestar general, disminución del apetito (hiporexia), dolor de cabeza (cefalea), de articulaciones (artralgias) y de garganta (faringodinia). Al terminar los pródromos llegan los “**síntomas específicos**” de la enfermedad, que son la **erupción de la piel y la comezón**, los cuales pueden durar de **14 a 21 días** desde que aparecen hasta que se caen las costras. **Somos agentes contagiosos desde 2 días antes de iniciar** el periodo prodrómico (aparecen los primeros virus en las gotas de Flügge) **hasta** que aparece **la última costra** (los virus viven sólo en las lesiones que no se han costrado). Por lo anterior es muy importante que en cuanto te hagan tu diagnóstico guardes **reposo y aislamiento en tu domicilio de 2 a 3 semanas** (14 a 21 días), no acudas al trabajo, escuela u otros sitios concurridos ya que puedes desatar una epidemia.



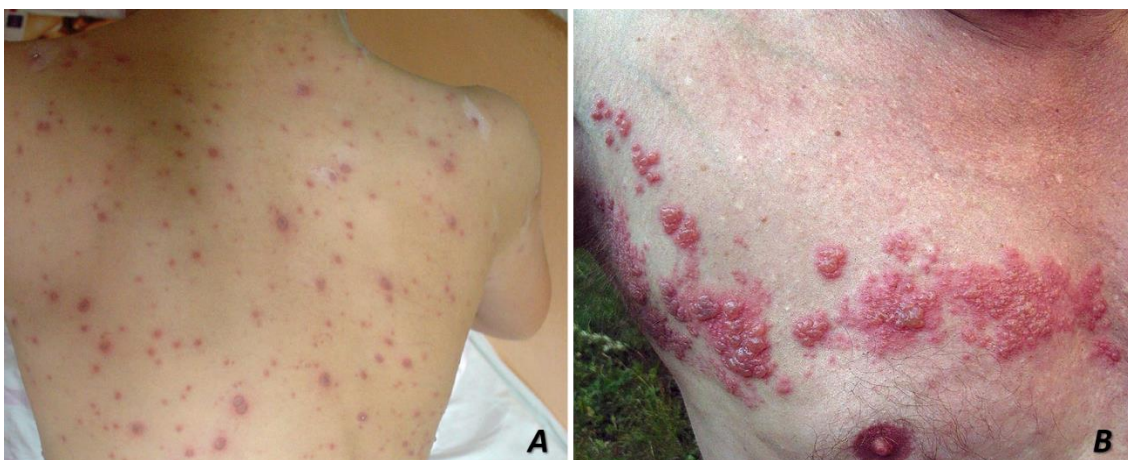
*La fiebre y el malestar general suelen ser el primer síntoma de varicela, que aparecen generalmente 2 días antes de la erupción cutánea.*

## 5.- FM ¿ES CIERTO QUE SÍ TE “CORTAS” LA VARICELA CON MEDICAMENTO TE VUELVE A DAR DE ADULTO Y MAS FUERTE?

**Dra. Abby:** ¡interesante pregunta FM! La respuesta es: no, no es cierto. Existen **medicamentos antivirales** que pueden administrarse para **reducir el tiempo y severidad de los síntomas**, pero **no** son capaces de “cortar” la enfermedad. Aunque te hayan recetado antivirales para la varicela aun cuenta como que **ya te dio y no debes preocuparte** porque ésta pueda regresar, y hacerlo con más “fuerza”. Es importante que sepan que los antivirales **sólo funcionan** en la varicela sí se empiezan a **administrar** en las **primeras 24 horas** posteriores a la primera pápula. También es muy importante que **JAMÁS** intenten **automedicarse** o automedicar a sus hijos, este tipo de fármacos deben ser indicados y supervisados **SÓLO por un médico**.

## 6.- HAMA y JCRP ¿TE PUEDE VOLVER A PEGAR VARICELA, AUNQUE YA TE HAYA DADO?

**Dra. Abby:** Esto es curioso HAMA Y JCRP, la gente me lo pregunta mucho. La **varicela** confiere **inmunidad de por vida**, eso quiere decir que si ya te dio jamás te puede volver a dar. Ahora aquí hay que decir algo muy importante: el **Virus del Herpes Humano tipo 3** o **Virus Varicelae-Zóster**, mejor conocido como **Virus de la Varicela**, no puede volver a producirte varicela; pero tampoco puede eliminarse del cuerpo (si amigos, así como lo oyen, **la varicela es un tipo de herpes**). De la misma manera que el Virus Herpes tipo 1 (fuego labial), o el Virus Herpes tipo 2 (herpes genital), el Virus Varicelae-Zóster se guarda a vivir (sin producir síntomas) en las raíces de los nervios en la columna vertebral después de que te dio varicela. Tu sistema inmunológico lo mantiene ahí como “encarcelado”; pero si las defensas bajan **el virus puede “escapar de su cárcel”**, viajar por los nervios y **producir un brote** en la piel llamado **Herpes Zóster**, que nada tiene que ver con la varicela. ¡¿Qué?! No me vean con esa cara, sé que suena a patrañas, pero es verdad. Sí les interesa que hagamos un artículo sobre Herpes Zóster escríbanme en la página de Facebook.



A, Lesiones cutáneas por Varicela. B, Lesiones cutáneas por Herpes Zóster.

## 7.- FS y COO ¿ES VERDAD QUE MIENTRAS MÁS EDAD TENGAS CUANDO TE DA VARICELA TE PEGA MÁS FEO? ¿ES CIERTO QUE ES MÁS PELIGROSA EN ADULTOS QUE EN NIÑOS?

**Dra. Abby:** Queridas FS y COO, parecería que este es uno de esos mitos raros, pero no. **Es verdad** que la **duración e intensidad** de los síntomas es **mayor** en enfermos con edades por **encima de los 12 años**; además, se vuelven **más frecuentes las complicaciones**, hospitalizaciones y secuelas. La varicela ha sido considerada una enfermedad propia de la infancia, habitualmente benigna; no obstante, en México se ha observado una disminución en los casos infantiles, y un aumento en los de adolescentes y adultos (70% de los casos en menores de 12 años y 30% de los 13 años en adelante) Esto debido al clima tropical de la mayoría del territorio nacional, que retrasa la presentación de la enfermedad. Por lo tanto, hemos observado un **aumento en las tasas de complicaciones** que van de 40 a 83%, así como de mortalidad de 2 a 3 por cada 100 000 enfermos, pero puede elevarse hasta 7.1 por cada 100 000 en el caso de complicaciones neurológicas; con un promedio de hospitalización de 13 días en estos pacientes. **Las complicaciones más frecuentes son** la Sobreinfección Bacteriana de las lesiones de la piel (**Impetiginización**), **Fascitis Necrotizantes y Neumonía**; también se pueden presentar: **Ataxia Cerebelosa, Meningitis, Encefalitis, Varicela Hemorrágica, Púrpura Fulminante, Síndrome de Guillain-Barré, Mielitis Transversa, Orquitis, Uveítis, Pancreatitis, Miocarditis** y otras. De igual manera hemos observado casos más severos de la enfermedad en los últimos años, encontrando lesiones en palmas, plantas y conjuntiva ocular; regiones en los casos infantiles son por lo general respetadas y nos hablan de la gravedad del paciente.



*Varicela complicada con sobreinfección bacteriana (impetiginizada).*

## 8.- TC ¿FORZOSAMENTE ME TIENE QUE DAR VARICELA? ¿ES MALO QUE NO ME HAYA DADO?

**Dra. Abby:** No TC, **no es malo** que no te haya dado y no pasa nada si no te da nunca en la vida. El único problema que le veo a tu caso es que estas **vulnerable** ante una de las enfermedades mas contagiosas que existen, **corriendo el riesgo** (por tu edad) **de** contraer una **forma grave** de la enfermedad o de padecer una de las **complicaciones** que mencionamos. Si sigues siendo super suertuda podrás llegar a viejita sin haberte enfermado, pero mi consejo sería que, en vez de dejarlo a la suerte, **te vacunes** en cuanto tengas oportunidad.

## 9.- MRRR ¿POR QUÉ LA VACUNA DE LA VARICELA NO ESTA EN EL CUADRO BÁSICO DE VACUNACIÓN? ¿A QUE EDAD SE PUEDE APLICAR?

**Dra. Abby:** Pues MRRR, ¿qué crees? **Por dinero.** El costo de la vacunación universal y gratuita contra la varicela es algo que el gobierno no ha querido asumir, ya que consideran a la varicela como una enfermedad normal y benigna de la infancia. Aunque, como ya lo platicamos antes, ni tan normal, ni tan de la infancia y ni tan benigna. Es por esto que varias organizaciones internacionales han comenzado a presionar a México para dar mayor peso a la prevención e incluir la vacuna en el Esquema Nacional de Vacunación, como otros países ya lo han hecho. Por el momento la **vacuna puede comprarse** en farmacias que manejen biológicos, Deberá **recetarse y administrarse por un médico.** La **primera dosis** se puede aplicar entre los **12 y 16 meses**, y el **refuerzo** entre los **4 y 6 años** de edad. Las personas **mayores de 13 años** pueden aplicarse la vacuna **en cualquier momento** y un **refuerzo** a las 4 semanas (**1 mes**).



*Varivax, la vacuna antivariélica comercializada en México, no forma parte del cuadro básico de vacunación.*

## **10.- MEM ¿ES CIERTO QUE TE PUEDE DAR VARICELA, AUNQUE TE HAYAS PUESTO LA VACUNA?**

**Dra. Abby:** Pues solamente que te saques la rifa del tigre MEM. Lo que quiero decir es que sería **extremadamente raro** ya que la vacuna tiene un **70 a 90% de eficacia** en la **prevención de la enfermedad**. Habría que tener la mala suerte de estar entre el 10 a 30% que pueden presentar varicela a pesar de estar vacunados. La vacuna tiene un **100% de eficacia contra la enfermedad severa**; eso quiere decir que, aunque te diera varicela estando vacunada, no desarrollarías formas graves ni complicaciones de la enfermedad. Cabe mencionar que hasta el **5% de las personas vacunadas** contra la varicela pueden **desarrollar ESAVI** (Eventos Supuestamente Atribuibles a la Vacunación o Inmunización) como fiebre, síntomas gripales, malestar general e incluso un brote leve de lesiones aisladas en la piel, de 2 días de duración.

**¡Espero haber ido directo al grano, y quitarles la ronchita de la duda!**

Antes de despedirme quiero desearles la mejor de las Navidades; que Jesús nazca en nuestros corazones para traer esperanza y amor en el año que pronto iniciará. Les mandó un abrazo con bata y estetoscopio y nos vemos en 2019.

No olviden enviarnos sus preguntas y sugerirnos temas sobre otras enfermedades en nuestra página de Facebook: @ElConfesionarioMedico, o al correo [ab2y\\_74@hotmail.com](mailto:ab2y_74@hotmail.com). Hasta el mes que viene, y no olviden acudir a su médico.