

## LA VARICELA Y EL EMBARAZO

CHICKENPOX AND PREGNANCY

### ¿Qué es la varicela?

La varicela es una infección causada por el virus varicela-zóster. Los síntomas de la varicela son fiebre y sarpullido con picazón.

### ¿Cómo se contrae la varicela?

La varicela se transmite fácilmente de una persona a otra por el aire o mediante el contacto físico. El virus puede transmitirse al toser, estornudar o al tocar el sarpullido o las lesiones cutáneas. Las personas con varicela pueden transmitir la enfermedad 1 o 2 días antes de que aparezca el sarpullido y hasta el momento en que todas las ampollas forman costras. Si alguien ha estado expuesto al virus, tarda de 10 a 21 días en presentar la varicela. Para que usted y su bebé se mantengan saludables, evite el contacto directo con personas que tengan varicela.

### ¿Cuáles son los riesgos de la varicela?

Las mujeres embarazadas pueden ponerse muy graves si contraen varicela. El riesgo más grave para las embarazadas es contraer neumonía por varicela. Si la neumonía por varicela no se trata, puede provocar la muerte. La varicela en las mujeres embarazadas es muy contagiosa y puede poner en riesgo al bebé y a cualquier persona con quien se topen. Cuando la mamá se infecta con varicela el bebé corre el mayor riesgo durante las primeras 20 semanas de embarazo.

### ¿Cómo puedo protegerme de la varicela antes de quedar embarazada?

Usted corre riesgo de contraer varicela si nunca ha tenido varicela o si no se ha vacunado contra la varicela. Si usted corre con el riesgo de contraer varicela, tiene que vacunarse antes de quedar embarazada. Si no está segura de haberse vacunado o haber contraído la varicela, hable con su médico o enfermera. Puede hacerse un sencillo análisis de sangre para comprobar si está protegida contra la varicela.

### ¿Cómo sé si tengo varicela?

Un síntoma inicial es la fiebre. Unos días después comienza a salir un sarpullido con pequeños granitos rojos. Por lo general, el sarpullido comienza en la zona del estómago, el pecho y la espalda, y, después, se extiende a la cabeza, la cara, los brazos y las piernas. Los granitos se convierten en ampollas que pueden causar mucha comezón. Las ampollas se abren y forman costra.

### ¿Qué hago si estoy embarazada y creo que tengo varicela?

Llame inmediatamente a su médico, comadrona o enfermera especialista. Pueden darle medicamentos para tratar la varicela y evitar complicaciones.

### Si estoy embarazada y no he tenido varicela ni me he vacunado, ¿qué puedo hacer después que nazca mi bebé?

Póngase la primera dosis (inyección) de la vacuna contra la varicela antes de salir del hospital para ir a casa. Es importante ponerse la segunda inyección después de 4 a 6 semanas, cuando tenga su cita de seguimiento o examen posparto. **Para estar completamente protegida, necesita ponerse las dos inyecciones; por tanto, asegúrese de ponerse la segunda dosis.** Si tiene síntomas de varicela después de que nazca el bebé, llame a su médico o enfermera enseguida.

Otros recursos: <https://www.cdc.gov/vaccines/vpd/varicella/public/index.html>