

## ¿Qué es la Meningitis?

La meningitis es una inflamación de los tejidos que cubren el cerebro y la médula espinal. La meningitis infecciosa puede ser causada por bacterias, virus u hongos. La meningitis viral (aséptica) es la clase más común de meningitis y es causada por una infección con uno de varios tipos de virus. Usualmente es relativamente leve, y la mayor parte de las personas con meningitis viral se recuperan completamente. Sin embargo, la meningitis bacteriana es una enfermedad más severa que requiere de tratamiento de inmediato.

## ¿Cuáles son los síntomas de la meningitis viral?

Los síntomas de la meningitis viral pueden incluir fiebre, dolor de cabeza, rigidez del cuello, náusea, vómito, y fatiga, que usualmente aparecen una semana después de que la persona ha sido expuesta. A menudo estos síntomas son difíciles de identificar en los infantes quienes, cuando padecen de meningitis viral pueden mostrarse irritables, letárgicos, inconsolables, o rechazar el alimento. Puesto que la meningitis viral y la meningitis bacteriana a menudo presentan síntomas similares, si usted o su niño(a) tienen estos síntomas es importante que vean a su proveedor de atención médica de inmediato.

## ¿Qué tan pronto aparecen los síntomas después de haber sido contagiado?

Los síntomas generalmente aparecen entre tres y siete días después de haber sido expuesto y generalmente duran de siete a diez días.

## ¿Qué provoca la meningitis viral?

Aproximadamente el 90% de los casos se deben a un grupo común de virus intestinales llamados enterovirus, tales como los virus coxsackie y los ecovirus. Estos virus son más comunes durante los meses del verano y del otoño. En algunas ocasiones la meningitis viral se relaciona con las infecciones virulentas de las paperas y la herpes.

## ¿Cómo se propagan los virus que provocan la meningitis viral?

Los enterovirus se transmiten típicamente por contacto directo con secreciones respiratorias (saliva, flema, o mucosa nasal), pero estos virus también se pueden pasar por contacto directo o indirecto con materia fecal. Usted puede contagiar a alguien comenzando alrededor de tres días después de haber sido contagiado hasta como diez días después de haber desarrollado los síntomas.

## ¿Cómo se diagnostica la meningitis viral?

La meningitis viral se diagnostica usualmente por medio de exámenes clínicos del líquido cefalorraquídeo extraídos por medio de una punción vertebral. Durante la punción vertebral, su médico insertará una aguja en la parte inferior de la espalda y extraerá el líquido de adentro de la columna vertebral.

## ¿Cómo se trata la meningitis viral?

No existe un tratamiento específico para la meningitis viral, la mayor parte de los pacientes se recuperan por sí solos con reposo en cama y abundancia de líquidos, sin embargo los proveedores de atención médica a menudo recomiendan medicamentos para aliviar la fiebre y el dolor de cabeza.

## ¿Puedo contagiarme de la meningitis viral si estoy cerca de alguien que tiene la enfermedad?

Aunque la meningitis viral se puede pasar de persona-a-persona, muy pocos individuos expuestos realmente desarrollan la enfermedad. La meningitis viral sucede más a menudo en niños y adolescentes, pero individuos saludables expuestos a la meningitis viral pueden tener síntomas leves ya sea como poca fiebre, síntomas como de influenza (gripa), o salpullido; o tal vez no presenten ningún síntoma. Por lo tanto, si usted se encuentra cerca de alguien que tiene meningitis viral, tiene una posibilidad moderada de contraer uno de los virus, pero muy pocas posibilidades de desarrollar la enfermedad.

## ¿Cómo puedo disminuir las posibilidades de contagiarme?

Preste atención especial a la higiene personal - la higiene de las manos ayuda a prevenir la infección de muchos de los virus que causan la meningitis viral. Lávese las manos con agua y jabón después de usar el baño, después de cambiar pañales, y antes de preparar e ingerir los alimentos. Cuando las manos no se vean sucias use gel a base de alcohol. Una forma muy efectiva para desactivar el virus en los establecimientos como guarderías, es lavar las cosas y las superficies con una solución de cloro diluido. En las superficies duras como en las áreas para cambiar los pañales y los baños, use cloro diluido al 1:10 (mezcle una taza de cloro en un galón de agua). Para otros objetos como los juguetes y los utensilios para comer, use una fórmula de solución de cloro más diluido (mezcle una cucharada de cloro en un galón de agua).

Las vacunas recomendadas rutinariamente para la niñez protegen a los niños de algunas de las causas comunes de me-

OSDH 03/06

