

## ¿Qué es la Meningitis Viral?

La meningitis es la inflamación del cubierto del cerebro y la médula espinal. La Meningitis (aséptica) viral es la forma más común de Meningitis. Por lo general es una enfermedad leve, la mayor parte de personas con la meningitis viral se recuperan totalmente.

**¿Cuáles son los síntomas de la Meningitis Viral?** Los síntomas de la meningitis viral pueden incluir fiebre, dolor de cabeza, cuello rígido, náusea o vómitos. Infantes pueden ser muy inquietos, soñolientos, o (negarse) a comer. Busque atención médica si usted o su hijo tienen estos síntomas.

## ¿Qué tan pronto aparecen los síntomas después de la infección?

Estos generalmente comienzan aproximadamente de tres a siete días después de estar ser expuesto. Como regla general, la enfermedad dura de siete a diez días.

## ¿Qué causa la Meningitis Viral?

Aproximadamente el 90% de la meningitis viral es causado por virus comunes llamados enterovirus. Estos virus son mas propensos a propagarse en los meses de verano y otoño. Otros tipos más raros de meningitis viral son causados por las paperas, varicela, herpes o virus del Nilo occidental. Estos pueden causar enfermedades más severas.

## ¿Cómo se propagan los virus que causan la Meningitis Viral?

Los enterovirus se extienden más a menudo a través del contacto directo con secreciones respiratorias (saliva, esputo o mucosa nasal), pero estos virus también se pueden extender a través del contacto directo o indirecto con materia fecal. Usted puede transmitir el virus a otra persona comenzando tres días después de que usted es infectado hasta aproximadamente diez días después de desarrollar síntomas.

## ¿Cómo se diagnostica y se trata la Meningitis Viral?

El fluido espinal es examinado para encontrar el tipo de meningitis, pero esta prueba no es siempre necesaria. La mayoría de las veces, la meningitis viral es tratada con reposo en cama y muchos líquidos. Su proveedor de asistencia médica puede prescribir medicamentos para la fiebre o dolores de cabeza.

## ¿Puedo obtener la Meningitis Viral si estoy alrededor de alguien que tiene la enfermedad?

Es muy improbable. Algunos de los virus que causan la meningitis viral se pueden extender de persona a persona, pero otros como el virus del nilo occidental no. La mayor parte de personas expuestas a estos virus tienen una enfermedad leve como fiebre de bajo grado, síntomas parecidos a los de gripe o ningunos síntomas en absoluto. Es raro tener meningitis de estos virus

## ¿Cómo me puedo proteger de la Meningitis Viral?

Higiene de las manos es la manera más importante de protegerse usted y a otros. Lávese las manos con frecuencia, usando agua y jabón cuando usted pueda ver que sus manos están sucias. Lávese las manos después de usar el inodoro, después de cambiar los pañales, antes de preparar o comer alimentos, después de cuidar a una persona enferma y después de tocar un animal. Utilice productos de mano a base de alcohol cuando sus manos parezcan limpias.

Limpie las superficies y artículos como juguetes cada día y cuando saliva o fluidos de la nariz/garganta estén sobre ellos. En entornos como guarderías infantiles, lave los objetos y superficies con una solución de lejía diluida:

- Para superficies duras como áreas de cambio de pañal y baños, use una dilución de 1:10 de lejía (mezcle una tasa de la lejía con un galón de agua)
- Para otros objetos como juguetes y utensilios, use una forma más débil de solución de lejía (mezcle un cucharada de lejía con un galón de agua).

OSDH 02/2013

