Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Todo lo que hay que saber sobre el ébola

¿Qué es la enfermedad por el virus del Ébola?

Es una enfermedad aguda y muy grave, y muchas veces mortal en el ser humano. Su causa es el virus del Ébola. Se llama así por ser cerca del rio Ébola, en la República Democrática del Congo, donde se vieron los primeros casos en 1976. Por tanto, no es una enfermedad nueva. Da lugar a problemas en el sistema inmune, con fiebre alta, fallo en órganos como el hígado, riñón y pulmón, y muchas hemorragias. Por eso se llama fiebre hemorrágica del Ébola o, coloquialmente, "ébola".

Es una enfermedad muy poco frecuente. No es fácil de transmitir de persona a persona. De todas formas, es tan grave que se toman medidas muy estrictas para evitar los contagios. La enfermedad tiene una mortalidad del 50%. Puede llegar hasta el 90% en países con pocos recursos médicos. Esto ocurre en los países de África Occidental donde se han visto la mayoría de casos.

El brote de ébola de 2014-2016 en África Occidental ha sido el más grande desde que se conoce el virus, por el número de casos, muertes y países afectados. Hubo más casos y más muertes en este brote que en todos los demás juntos. Se extendió desde Guinea hasta Sierra Leona y Liberia. También se dieron casos en Estados Unidos y Europa. Esto pasó al contagiarse personal sanitario que atendía a enfermos que venían de las zonas de epidemia.

Ahora hay un brote en la República Democrática del Congo, declarado en mayo de 2018.

¿Cómo es el virus que provoca la enfermedad?

El *Ebolavirus* tiene 5 tipos. Solo cuatro pueden infectar al hombre. La epidemia 2014-2016 la causó el tipo de *Ebolavirus Zaire*. Se cree que el virus está en los murciélagos que comen fruta y que viven en grandes zonas de África. Pueden transmitirlo a otros mamíferos, como monos, chimpancés, gorilas, antílopes y puercoespines. Estos después lo pasan a los seres humanos por contacto estrecho o por comer carne contaminada de estos animales.

¿Qué síntomas produce la enfermedad?

Lo normal es que empiece de forma brusca con fiebre. Puede haber también un fuerte dolor de cabeza, de garganta, dolores musculares y mucha debilidad. Después hay diarrea, vómitos, dolor de tripa, erupciones en la piel, y fallo en riñones e hígado. A veces también sangrados internos y externos, como hematomas (*moratones*) que no tienen explicación. Todo ello puede llevar a un fallo de muchos órganos al mismo tiempo. Esto puede provocar la muerte.

El periodo de incubación (desde el contagio hasta que empiezan los síntomas) es de 2 a 21 días, siendo de 8 a 10

días lo más común. Una persona con el virus solo puede contagiar cuando tiene los síntomas, pero no durante el periodo de incubación.

¿Cómo se propaga o se contagia el ébola?

No se contagia a través del aire o del agua ni, por lo general, a través de alimentos. Es muy poco probable que los niños se infecten. Solo se transmite por contacto directo con fluidos corporales como orina, heces, saliva, sudor, vómitos, leche materna o semen de una persona infectada. También con objetos que han estado en contacto con estas secreciones. Entra en el cuerpo a través de pequeñas heridas en la piel o a través de los ojos, nariz, boca o mucosas genitales. No se sabe si el virus se puede contagiar a través de la piel sana.

Las personas que se curan dejan de transmitir el virus. Pero los hombres pueden seguir transmitiéndolo por el semen hasta 3 meses después.

No se ha visto que el virus se pueda transmitir por picaduras de mosquito en humanos, pero tampoco se descarta que pueda pasar.

¿Quién corre más riesgo de contraer la enfermedad del Ébola?

Los trabajadores sanitarios que atienden a pacientes con ébola y los familiares y amigos próximos son los que tienen el mayor riesgo de enfermar. Ellos pueden estar en contacto directo con la sangre o los líquidos corporales de los enfermos.

El contagio del personal sanitario puede ser frecuente, sobre todo si no se siguen estrictamente las precauciones para el control de la infección. Cuando los enfermos se diagnostican, se aíslan y se tratan bien, el riesgo de contagio es muy bajo. Esto no suele pasar en los países africanos más afectados. Esta es la principal causa de su extensión.

¿Cómo se llega al diagnóstico?

Tiene que ser precoz para evitar su propagación. Pero a veces es difícil porque los síntomas iniciales son muy parecidos a los de otras muchas infecciones que hay en África. Antes de hacer el diagnóstico de ébola hay que descartar otras cosas como: paludismo, fiebre tifoidea, shigelosis, cólera, leptospirosis, peste, rickettsiosis, fiebre recurrente, meningitis, hepatitis y otras fiebres hemorrágicas producidas por virus parecidos a este.

El diagnóstico de certeza se hace con pruebas que detectan el virus en sangre. Esto se hace en laboratorios especializados. Estas muestras pueden ser un peligro para los profesionales que las manejan.

¿Qué tratamiento tiene?

De momento, los medicamentos que hay son experimentales. Solo se pueden hacer cosas básicas para ayudar a los órganos que fallan, como dar agua y sales, mantener una buena oxigenación y controlar la tensión de los enfermos. A veces se inyectan sueros de personas curadas, pero no hay suficientes estudios que demuestren que esto ayude. También se está trabajando en nuevos medicamentos antivirales específicos contra el ébola.

Ya que esta enfermedad aún no tiene un tratamiento real, lo mejor es prevenirla.

¿Y se puede prevenir el ébola?

Se puede eliminar de los sitios contaminados con agua y jabón, calor, desinfectantes tipo lejía o agentes de esterilización.

Según el *Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de Estados Unidos*, lavarse las manos con frecuencia o usar un desinfectante para las manos a base de alcohol son buenas medidas de prevención. Esto también sirve para todas las enfermedades infecciosas. En el caso del ébola, también hay que evitar el contacto con cualquier persona que tenga la enfermedad y sus fluidos.

Ahora mismo no hay ninguna vacuna aprobada para la prevención de esta enfermedad. Pero se ha empezado a usar una vacuna experimental en el control de brotes de ébola. Esta vacuna se vio que era eficaz y segura en el control de la epidemia en Guinea Conakri en 2015. En los dos brotes del 2018 de la República Democrática del Congo se está poniendo, con resultados esperanzadores, esta vacuna rVSV-ZEBOV.

¿Cómo puedo tranquilizar a mis hijos respecto a esta enfermedad?

Hay que evitar que los niños vean estas noticias sensacionalistas en los medios de comunicación y redes sociales. Los padres pueden decidir qué quieren contar a sus hijos según su nivel de entendimiento.

Algunas sugerencias para hablar con sus hijos si están preocupados:

- Ellos están a salvo.
- El ébola es una enfermedad muy rara.
- Solo pueden contagiar las personas que están enfermas y tienen síntomas.
- Nuestro sistema sanitario está preparado para atender a los enfermos y evitar que se extienda.
- Cuando se descubre algún caso, se aísla a la persona enferma. Se le da la atención que necesita para que pueda estar mejor y para que no contagie a otros.
- Cada vez sabemos más sobre el ébola. Se trabaja mucho para prevenir y curar esta enfermedad. La nueva vacuna experimental rVSV-ZEBOV parece segura y eficaz.
- Siempre es importante el lavado de manos para disminuir el riesgo de ser contagiado o contagiar cualquier tipo de infección.

Y sobre todo, guarde la calma. Las noticias sobre la propagación de enfermedades pueden ser alarmantes, incluso para los adultos. Esté bien informado. Así podrá estar tranquilo y no transmitir esas preocupaciones a sus hijos.

Para saber más

• Informe técnico de consenso de sociedades científicas sobre enfermedad por virus Ébola en niños (descargalo en pdf). Octubre 2014.
• Ébola: Lo que los padres deben saber . *Healthychildren.org* (Web para familias de la *Academia Americana de Pediatría*).
• Enfermedad del Ébola (Enfermedad del virus del Ébola) . *CDC. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. USA* (en español).
• Enfermedad por el virus del Ébola. Centro de Prensa. *Organización Mundial de la Salud*. Febrero 2018
• Lo que ha de saber cuando viaje hacia o desde un país con casos de ébola**.** Infografía de la OMS.

¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD POR EL VIRUS DEL...?

ÉBOLA...

¿QUÉ ES , CÓMO SE TRANSMITE, DÓNDE HAY?

- Es una enfermedad aguda, muy grave y muchas veces mortal.
- NO es una enfemedad nueva. Fue descrita por primera vez en 1976
- Da lugar a problemas en el sistema inmune, con fiebre alta, fallo en órganos y muchas hemorragias . Por eso se llama fiebre hemorrágica del Ébola

- Es producida por el virus del Ébola.
- Se cree que el virus está en murciélagos frutívoros que viven en África. Éstos pueden transmitirlo a otros mamíferos (monos , antílopes, puercoespines...) los cuales a su vez lo transmiten al ser humano por contacto estrecho o al consumir su carne.

- Los primeros casos se describieron cerca del rio Ébola, en la República Democrática del Congo (R.D. Del Congo).
- El brote de 2014-2016 en África Occidental se extendió desde Guinea hasta Sierra Leona y Liberia. También se dieron casos en Estados Unidos y Europa.
- Desde Mayo 2018 se ha declarado un brote en la R.D. del Congo.

¿QUÉ SÍNTOMAS PRODUCE LA ENFERMEDAD?

- Suele empezar de forma brusca con fiebre. Se puede acompañar de dolor de cabeza, de garganta, dolores musculares y debilidad.
- Después hay diarrea, vómitos, dolor de tripa, erupciones en la piel, y fallo en riñones e hígado. A veces también sangrados internos y externos (moratones).
- Todo ello puede llevar a un fallo de muchos órganos y provocar la muerte.
- Durante el periodo de incubación (normalmente de 8-10días), el virus no se contagia.

¿CÓMO SE CONTAGIA?

Sí

- Por fluidos corporales: orina, heces, saliva, sudor, vómitos, leche materna o semen.
- objetos en contacto con secreciones.
- a través de pequeñas heridas en la piel, ojos, nariz, boca o mucosas genitales.

NO

- a través del aire o del agua
- a través de alimentos
- cuando te has curado de la enfermedad

¿QUIÉN ESTÁ EN RIESGO?

- El personal sanitario en contacto con enfermos.
- los familiares o cuidadores que están en contacto con las secreciones.

Es muy poco probable que los niños se infecten.

¿CÓMO SE LLEGA AL DIAGNÓSTICO?

- Tiene que ser precoz para evitar su propagación.
- Es difícil porque los síntomas iniciales son muy parecidos a los de otras muchas infecciones que hay en África.
- Antes hay que descartar muchas otras cosas: paludismo, fiebre tifoidea, cólera , meningitis, hepatitis, otras fiebres hemorrágicas...
- El diagnóstico se hace con pruebas que detectan el virus en sangre.

¿CÓMO SE TRATA?

- De momento, los medicamentos que hay son experimentales.
- Tratamiento de soporte: ayudar a los órganos que fallan (dar agua y sales) , mantener una buena oxigenación y controlar la tensión.
- A veces se inyectan sueros de personas curadas, pero no hay suficientes estudios que demuestren que esto ayuda.
- Se está trabajando en nuevos medicamentos antivirales específicos contra el ébola.

¿SE PUEDE PREVENIR?

- evitar el contacto con enfermos y sus fluidos.
- Como para cualquier infección: lavado de manos frecuente.
- Eliminar de los sitios contaminados con agua y jabón, calor, desinfectantes tipo lejía o agentes de esterilización

- Ahora mismo no hay ninguna vacuna aprobada. Se ha empezado a usar una vacuna experimental rVSV-ZEBOV, con resultados esperanzadores.

¿CÓMO PUEDO TRANQUILIZAR A MIS HIJOS ?

Evita noticias sensacionalistas en los medios y decide qué contar a tus hijos según su nivel de entendimiento. Explícales que :

- Están a salvo: es una enfermedad muy rara, y sólo la pueden contagiar las personas enfermas y con síntomas.
- Nuestro sistema sanitario está preparado para atender a los enfermos y evitar que se extienda. Cuando se descubre algún caso, se aísla a la persona enferma y se le da la atención que necesita para que mejore.
- Se trabaja mucho para prevenir y curar esta enfermedad: ya existe una vacuna experimental que parece segura y eficaz.

Familia y Salud

SÍGUENOS EN FACEBOOK, TWITTER E INSTAGRAM

Grupo Patología Infecciosa

Puedes decargar la infografía en PDF aquí.

Fecha de publicación: 31-10-2014

Última fecha de actualización: 19-05-19

Autor/es:

- Rafael Jiménez Alés. Pediatra. Consultorio de La Roda de Andalucía (Sevilla)
- Olga Ramírez Balza. Pediatra. Centro de Salud Collado Villalba "Estación". Collado Villalba (Madrid)
- Alicia Berghezan Suárez. Pediatra. Hospital de Denia. Denia (Alicante)
- Grupo de Patología Infecciosa. AEPap.