



Prevención de CMV

Recursos:



[Hoja de consejos de prevención](#)



[5 consejos simples](#)



[Precauciones para los cuidadores](#)

- El citomegalovirus (sy-toe·MEG·a·low·vy·rus), o CMV, es un miembro de la familia del virus del herpes. Entrar en contacto con el CMV es algo común y, por lo general, es inofensivo para la población en general.
- Para la mayoría de las personas, la infección por CMV no es un problema de salud grave. Sin embargo, ciertos grupos tienen un alto riesgo de complicaciones graves de la infección por CMV: esos grupos incluyen bebés infectados en el útero, bebés con muy bajo peso al nacer y bebés prematuros y personas con sistemas inmunológicos comprometidos.
- Se ha demostrado que el CMV es transmisible entre los miembros del hogar y los niños pequeños en las guarderías.
- El contacto con la saliva o la orina de los niños pequeños es una causa de infección por CMV entre las mujeres embarazadas, especialmente las madres, las trabajadoras de guarderías, las maestras de preescolar, las terapeutas y las enfermeras.
- Las mujeres que están embarazadas o planean quedar embarazadas y que tienen contacto cercano con niños pequeños deben evitar el contacto con la saliva, la orina y la sangre para prevenir el CMV congénito.
- Para minimizar el riesgo de infección, los trabajadores de cuidado infantil deben tratar todos los fluidos corporales como si fueran infecciosos y evitar compartir alimentos, bebidas o utensilios con niños pequeños.
- Es posible que pueda disminuir su riesgo de contraer CMV al reducir el contacto con la saliva y la orina de bebés y niños pequeños. La saliva y la orina de los niños con CMV tienen altas cantidades del virus.
- Lavarse las manos regularmente es un paso comúnmente recomendado para disminuir la transmisión de infecciones y puede reducir la exposición al CMV. Asegúrese de lavarse las manos después de: cambiar pañales, alimentar a un niño, limpiarle la nariz o la boca a un niño, tocar un juguete de un niño.
- La exclusión del cuidado infantil, preescolar, escuela o trabajo debido a CMV no es necesaria.
- Considere alentar a las compañeras de trabajo que están embarazadas o planean quedar embarazadas a hablar sobre los posibles riesgos del CMV con su proveedor de atención médica.