

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Jan 09, 2024

Ébola

El ébola es una enfermedad grave, a menudo mortal, causada por un virus. Se registró por primera vez en África, donde ha habido varios brotes desde que se descubrió la enfermedad en 1976.

El ébola es una enfermedad aterradora, ya que muchas personas que se infectan mueren a causa de ella. El riesgo de contraer el ébola es mucho mayor para las personas que viven o viajan a países con brotes de la enfermedad, y para los profesionales de la salud que tratan a quienes se infectan. El mayor brote del virus del Ébola se produjo en África Occidental entre 2014 y 2016. Este brote afectó a Guinea, Liberia y Sierra Leona. Desde 2016 también ha habido brotes en la República Democrática del Congo y Uganda.

Para las personas en otros países, especialmente donde nunca ha habido un brote, la probabilidad de contraer el ébola es extremadamente pequeña.

Cosas clave que debe saber sobre el ébola

- El ébola se transmite a través del contacto directo con los fluidos corporales de una persona infectada con el virus del ébola. Por ejemplo, si tocas sus fluidos corporales y luego te tocas los ojos, la nariz o la boca. El virus también puede entrar en su cuerpo si toca fluidos de una persona infectada con ébola y tiene un corte en la piel, o a través del contacto sexual. El virus también se puede propagar al manipular animales salvajes que tienen el virus.
- El ébola no se transmite a través del aire (por ejemplo, cuando alguien tose o estornuda) ni a través del contacto casual (por ejemplo, estar en el mismo edificio que alguien con ébola o cruzarse con él en la calle).
- Los síntomas del ébola se desarrollan dentro de los 21 días posteriores a que el virus ingresa al cuerpo de una persona. Por lo tanto, si alguien que podría haber estado en riesgo de contraer el virus no ha desarrollado síntomas en este tiempo, entonces no se ha infectado.
- Si cree que puede haber estado en contacto con alguien que no se encuentra bien con el virus del Ébola y comienza a sentirse mal, busque ayuda médica de inmediato y deje en claro que puede haber estado en contacto con el virus. Las personas que son

Ébola

diagnosticadas y atendidas rápidamente tienen más posibilidades de sobrevivir a la enfermedad.

- Ahora hay una vacuna que se está utilizando en algunas partes de África donde es más probable que sea necesaria. Se están desarrollando otras vacunas.

Qué es el ébola?

El nombre completo del Ébola es enfermedad por el virus del Ébola (EVE). Hay cuatro tipos conocidos del virus del Ébola que pueden enfermar a las personas. El *virus del ébola de Zaire* fue responsable del mayor brote ocurrido en África en 2014.

Se cree que los brotes de ébola comienzan cuando los animales infectados transmiten el virus a las personas. Esto puede suceder si una persona toca los fluidos corporales o tejidos de un animal infectado. Por ejemplo, esto puede suceder al comer alimentos contaminados con los excrementos de un animal infectado o al manipular carne cruda de un animal infectado. Las personas que cuidan animales enfermos que tienen el virus también pueden estar en riesgo.

Los animales que pueden transmitir el virus a las personas incluyen murciélagos, babuinos, chimpancés y monos.

Una vez que el virus del Ébola ingresa al cuerpo de una persona, invade sus células y crea copias de sí mismo. Luego, las células estallan, lo que permite que el virus se propague. El virus afecta más a las células que forman parte del sistema inmunitario del cuerpo. De esta manera, el virus debilita las defensas naturales del organismo.

Una vez que el sistema inmunitario se debilita, el virus puede causar daños en todo el cuerpo, lo que puede provocar hemorragias graves, daños en los órganos y la muerte.

A diferencia de otros virus, como el resfriado común y la gripe, el ébola no puede transmitirse de persona a persona a través del aire (por ejemplo, al toser o estornudar). En cambio, el ébola se transmite a través del contacto directo con los fluidos corporales de una persona que no se encuentra bien con la infección por el virus del ébola.

Estos líquidos incluyen sangre, orina, heces, vómito, sudor, saliva, semen, fluido vaginal y leche materna.

Cuáles son los síntomas?

Los primeros síntomas del ébola son similares a los de muchas enfermedades causadas por virus. Entre ellas se encuentran:

- Fiebre (temperatura alta)
- Cansancio (fatiga)
- pérdida de apetito
- Sensación de malestar o vómitos
- Diarrea

Ébola

- Cefalea
- Dolor de estómago
- Dolor muscular
- Debilidad intensa
- Dolor de garganta
- Dolor en el pecho y tos
- Sangrado y moretones inexplicables.

A medida que la enfermedad empeora, puede causar otros síntomas. Entre estas se incluyen las siguientes:

- Un sarpullido
- Sangrado
- Hipo
- Confusión.
- Convulsiones (ataques).

Cómo se diagnostica el ébola?

Por lo general, los médicos no pueden diagnosticar el ébola basándose únicamente en los síntomas que tienes. Esto se debe a que los primeros síntomas del ébola son muy similares a los de otras enfermedades comunes como la gripe. Los síntomas del ébola también son similares a los síntomas de la malaria, que es común en partes de África y muchas otras regiones con climas cálidos y húmedos. Un análisis de sangre puede detectar esta infección. Algunas personas tienen malaria y ébola.

Por lo general, los trabajadores de la salud determinan si una persona tiene la enfermedad del Ébola basándose en tres cosas principales:

- Sus síntomas
- Probabilidad de que hayan estado en contacto recientemente con el virus del Ébola
- Los resultados de los análisis de sangre.

Síntomas

Los síntomas más comunes en los brotes recientes fueron fiebre, cansancio, pérdida de apetito, vómitos, diarrea y dolor de cabeza.

Exposición reciente al virus

Por lo general, los médicos pueden descartar la infección por ébola si no has vivido en una zona donde el virus está causando un brote o no has viajado recientemente. Esto se debe a que la mayoría de las personas en lugares donde el ébola no se ha propagado, como el

Ébola

Reino Unido o Europa, tienen una probabilidad extremadamente pequeña de contraer el ébola.

Sin embargo, en muy raras ocasiones, las personas de estos países pueden contraer la enfermedad si han estado en contacto cercano con alguien con ébola que viajó desde un país donde el ébola está muy extendido.

Las personas que viven o viajan a países con un brote de ébola tienen muchas más probabilidades de estar expuestas al virus. Si se encuentra en uno de estos países con un brote, tiene más probabilidades de infectarse si:

- Un familiar de una persona con ébola
- Un profesional de la salud que trata a pacientes con ébola
- En contacto con los cuerpos de personas que han muerto de ébola (por ejemplo, durante los entierros).

Análisis de sangre

Existe cierto tipo de análisis de sangre que puede mostrar si alguien ha sido infectado con el virus del Ébola. Este análisis de sangre se llama prueba de reacción en cadena de la polimerasa con transcriptasa inversa (RT-PCR).

Esta prueba puede mostrar si una persona tiene el virus en su cuerpo. Si alguien tiene una prueba negativa (una prueba que no muestra que tiene el virus), la prueba se repetirá dentro de las 48 horas para asegurarse de que la persona no haya sido infectada.

Estos análisis de sangre ahora se pueden hacer fuera de los hospitales, utilizando pruebas rápidas de punción en el dedo.

Se pueden hacer otros análisis de sangre para determinar si el virus del Ébola ya ha causado daño a partes del cuerpo. O para mostrar la gravedad de la infección.

Cómo se trata el ébola?

El tratamiento del ébola se centra principalmente en él:

- Evitar que la infección se propague a otras personas (control de infecciones), y
- Brindar atención de apoyo para ayudar a las personas a combatir la infección y recuperarse.

Las transfusiones de sangre de sobrevivientes del ébola también han ayudado a algunas personas a recuperarse. Se están desarrollando varios tratamientos para tratar el ébola, incluidos **los medicamentos antivirales**.

Control de infecciones

Cuando los profesionales de la salud sospechan que alguien tiene el virus del Ébola, toman medidas inmediatas para evitar que el virus se propague. La persona enferma debe ser

Ébola

aislada. Esto significa que se mantienen alejados de otras personas y otros pacientes. Si es posible, se les hace la prueba y se les trata en una habitación privada, con su propio baño. Las pruebas deben realizarse utilizando una técnica "sin contacto".

Cuando los profesionales de la salud entran en su habitación, usan ropa protectora que cubre su cuerpo, incluidos los ojos, la cabeza y las manos, para que no quede expuesta la piel. Siguen procedimientos estrictos para ponerse y quitarse esta ropa cada vez que entran en la habitación del paciente, para que no entren en contacto con el virus.

En los centros de atención y en las habitaciones donde se atiende a pacientes con ébola, todas las superficies deben desinfectarse regularmente. Los desechos y los artículos utilizados por los pacientes, como la ropa de cama, deben eliminarse de manera segura.

Cuidados de soporte

No existe ningún medicamento que pueda eliminar el virus del Ébola. Los antibióticos no ayudan, ya que estos medicamentos matan las bacterias, no los virus. Por lo tanto, el objetivo del tratamiento es proporcionar **atención de apoyo**.

Esto significa mantener a la persona lo más cómoda y saludable posible. Esto le da a su sistema inmunológico la mejor oportunidad de combatir la infección.

La atención de apoyo implica tres cosas principales:

- **Tratar los síntomas de la persona.** Por lo general, a las personas se les administrará paracetamol para ayudar a reducir la fiebre y el dolor. Los analgésicos más fuertes, como la morfina, se pueden usar para el dolor más intenso.

Es posible que se administren otros medicamentos para aliviar las náuseas y los vómitos y otros problemas, como acidez estomacal y dificultad para tragar. También se les pueden administrar medicamentos para ayudar con los síntomas menos comunes, como las convulsiones (ataques).

- **Prevención y tratamiento de la deshidratación.** Muchas personas con ébola vomitan y tienen diarrea. Esto significa que sus cuerpos pierden líquidos. Si alguien tiene una gran cantidad de líquidos (deshidratación grave), esto puede causar problemas graves.

A las personas se les pueden dar bebidas especiales (llamadas soluciones de rehidratación). En la deshidratación grave, a las personas se les pueden poner líquidos directamente en una vena a través de una infusión intravenosa (también llamada IV, o goteo).

- **Manejo de otros problemas que puede causar la infección.** El ébola puede provocar problemas en todo el cuerpo. Estos pueden incluir sangrado severo tanto dentro como fuera del cuerpo y daño grave a órganos internos como los riñones, el páncreas y el hígado. En el caso de una hemorragia grave, se puede administrar una transfusión de plaquetas y plasma de la sangre de otra persona.

Mantener a los pacientes hidratados y tratar otros problemas puede ayudar a evitar que los órganos dañados dejen de funcionar por completo (lo que se denomina insuficiencia

Ébola

orgánica). Si se produce una insuficiencia orgánica, los pacientes pueden necesitar cuidados intensivos.

Las personas con ébola también pueden tener un problema grave llamado sepsis. Se trata de una respuesta extrema a una infección que pone en peligro la vida. Esto puede ser causado por una infección separada con bacterias. Los antibióticos se usan para tratar infecciones separadas.

Transfusiones de sangre de sobrevivientes

Las personas que han sobrevivido al ébola han desarrollado proteínas especiales en la sangre que matan el virus. Estas proteínas se llaman anticuerpos. Las personas que están enfermas con el ébola a veces reciben transfusiones de sangre de los sobrevivientes. Los anticuerpos de los supervivientes pueden ayudarles a combatir la infección.

La evidencia de los brotes de ébola sugiere que esto puede ayudar a las personas a recuperarse de la enfermedad. Sin embargo, la sangre de los sobrevivientes no siempre está disponible.

Tratamientos en desarrollo

Se está trabajando en varios medicamentos para tratar de ayudar a prevenir y tratar el ébola.

- Se ha creado una **vacuna** para evitar que las personas se enfermen si corren el riesgo de contraer el virus.
- Se están desarrollando medicamentos para combatir la infección. Algunos se están utilizando fuera de los hospitales en situaciones de emergencia.
- Se espera que algunos **medicamentos antivirales** ayuden. No son una cura para todos los que los reciben. Pero las investigaciones sugieren que las personas que reciben este tratamiento tienen más probabilidades de sobrevivir.

Cómo puedo evitar contraer el ébola?

Si vive o viaja a una zona con un brote de ébola

- Lávese las manos con agua y jabón con frecuencia, o use un desinfectante de manos a base de alcohol
- Evite tocar la sangre u otros fluidos corporales de otra persona
- No manipule artículos que puedan contener los fluidos corporales de una persona infectada (por ejemplo, ropa, ropa de cama, equipo médico y agujas)
- Evite los rituales funerarios o de entierro que requieran manipular el cuerpo de alguien que ha muerto de ébola
- Evite tocar animales que puedan portar el virus, como murciélagos, y primates como chimpancés y monos. Esto incluye evitar sus fluidos corporales y la carne cruda preparada con estos animales

Ébola

- Si es posible, evite los hospitales en las áreas del brote donde se está tratando a los pacientes con ébola
- Después de viajar a una zona con un brote de ébola, vigile de cerca su salud durante 21 días. Busque ayuda médica de inmediato si tiene posibles síntomas, especialmente fiebre.

Si usted es un profesional de la salud que trata a alguien con ébola

- Use ropa protectora y siga estrictamente los procedimientos para ponerse y quitarse esta ropa
- Usar las medidas adecuadas de control de infecciones
- Evite el contacto directo con el cuerpo de alguien que haya muerto de ébola
- Notificar a las autoridades de salud en caso que usted tenga contacto directo con los fluidos corporales de un paciente infectado.

Si vives en un país donde el virus del Ébola no se ha propagado (donde no hay un brote)

- A menos que haya tenido contacto cercano con alguien con ébola, sus probabilidades de contraer el ébola son extremadamente pequeñas. No es necesario que tome ninguna medida especial para protegerse del virus.

Qué me pasará si me contagio de ébola?

Las estimaciones de cuántas personas con ébola mueren varían mucho, desde 25 de cada 100 personas hasta 50 de cada 100. Si está infectado, sus posibilidades de sobrevivir dependen de varias cosas. Entre estas se incluyen:

- **Qué virus del Ébola te está enfermando.** El *virus del ébola de Zaire* es el más mortal. En el pasado, ha matado hasta 90 de cada 100 personas infectadas. Pero en los brotes más recientes han sobrevivido más personas, y alrededor de 50 de cada 100 personas con el virus han muerto.
- **La rapidez con la que se le diagnostica y trata.** Obtener ayuda desde el principio puede darle a su cuerpo una mejor oportunidad de deshacerse del virus.
- **Dónde se le trata.** La mayoría de los brotes de ébola ocurren en áreas con recursos sanitarios limitados. Esto significa que menos personas pueden recibir atención de apoyo de buena calidad. Las personas que reciben atención de buena calidad tienen más probabilidades de recuperarse. Algunas investigaciones sugieren que, con una mejor atención, las probabilidades de sobrevivir a la infección por el virus del Ébola son mucho mayores.

Dónde puedo obtener más información?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) proporciona información detallada sobre el ébola en <https://www.who.int/ebola/en/>.

Ébola

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2026. Todos los derechos reservados.

