

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Dec 06, 2021

Fiebre glandular (mononucleosis infecciosa)

La fiebre glandular es una infección común que generalmente desaparece por sí sola sin tratamiento.

Los síntomas suelen ser leves, aunque algunas personas se ven más afectadas que otras. Y algunas personas pueden quedar con fatiga (cansancio) que puede durar meses.

Qué es la mononucleosis infecciosa?

La mononucleosis infecciosa es el nombre que los médicos dan a un grupo de síntomas (o "síndrome") generalmente causados por la infección con el virus de Epstein Barr (EBV para abreviar). Es más comúnmente conocida como fiebre glandular o 'mono'.

La fiebre glandular también puede ser causada por otras cosas, como afecciones que afectan los tejidos del cuerpo, reacciones a algunos medicamentos y cáncer. Pero estos son mucho menos comunes.

El VEB a menudo se denomina la enfermedad del "beso", ya que se transmite más comúnmente a través de la saliva.

La fiebre glandular suele ser leve si se contrae en la infancia. Muchas personas han tenido fiebre glandular en la infancia sin saber lo que era. Es posible que pienses que tienes dolor de garganta, glándulas inflamadas o que estás un poco "agotado".

Los síntomas pueden ser más graves en la edad adulta, pero no suelen ser graves y la enfermedad suele desaparecer por sí sola.

La mayoría de las personas infectadas con el VEB nunca presentan síntomas graves. Y una vez que se infecta con el VEB, es portador del virus de por vida sin ningún problema. En todo el mundo, alrededor de 90 de cada 100 personas son portadoras del VEB.

Cuáles son los síntomas?

Los principales síntomas de la fiebre glandular causada por el VEB son:

- fiebre

Fiebre glandular (mononucleosis infecciosa)

- dolor de garganta, y
- Glándulas inflamadas, generalmente en el cuello.

Algunas personas también tienen dolor de cabeza y dolores musculares.

Los síntomas de la fiebre glandular pueden variar en cuanto a su gravedad. Pueden pasar en unos días o pueden durar unas semanas.

Una vez que pasen estos síntomas principales, es posible que te sientas muy cansado durante semanas o incluso meses. Esto podría significar que necesitas tomarte mucho tiempo libre de la escuela o el trabajo.

Algunas personas con fiebre glandular desarrollan lo que se llama **síndrome de fatiga crónica (SFC)**. Esto sucede cuando la fatiga (cansancio extremo) dura más de seis meses. En algunas personas, esta fatiga crónica puede durar años.

Para obtener más información sobre el SFC, consulte nuestro folleto sobre *el síndrome de fatiga crónica*.

Cuando la fiebre glandular es causada por algo distinto al VEB, los síntomas tienden a ser menos graves. Pero, al igual que con los síntomas causados por el VEB, pueden mejorar rápidamente o pueden tardar mucho tiempo en mejorar.

Si sus síntomas son leves, probablemente no necesitará ver a un médico. Sin embargo, las personas con síntomas graves pueden hacerse algunas pruebas, incluido un análisis de sangre, para ver qué ha causado la enfermedad.

A veces, las personas se hacen una gammagrafía del abdomen. Esto puede mostrar si el bazo se ha agrandado, lo que puede ser un síntoma de fiebre glandular grave.

qué tratamientos funcionan?

La mayoría de las personas con fiebre glandular no necesitan ningún tratamiento y los síntomas mejoran por sí solos. Las cosas que puede hacer para sentirse menos miserable mientras se recupera incluyen:

- Mantenerse hidratado: beber muchos líquidos (sin alcohol)
- Descansando todo lo que necesites
- tomar paracetamol, aspirina o medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE) como ibuprofeno si lo necesita, para la fiebre y el dolor.

Pero recuerde **que nunca debe dar aspirina a los niños**, ya que puede causar una afección grave llamada síndrome de Reye.

También debe evitar la actividad física extenuante y los deportes de contacto durante al menos varias semanas después de recuperarse. Esto se debe a que el ejercicio o las lesiones pueden provocar la ruptura de un bazo inflamado.

Los antibióticos no ayudarán con la fiebre glandular, porque es causada por un virus. Los antibióticos solo ayudan con las infecciones causadas por bacterias.

Fiebre glandular (mononucleosis infecciosa)

Síntomas graves

Algunas personas con fiebre glandular tienen síntomas graves, que pueden incluir dificultad para respirar debido a la hinchazón de la garganta. Si tiene síntomas graves de fiebre glandular, necesita tratamiento en el hospital.

El tratamiento habitual son los fármacos llamados corticosteroides. Estos son fuertes antiinflamatorios que reducen la hinchazón.

Si estos no funcionan, es posible que deba someterse a un procedimiento para ayudarlo a respirar. Hay varias maneras de hacerlo, incluyendo la colocación de un tubo en los pulmones o la extirpación de las amígdalas inflamadas. Pero es muy raro que alguien necesite estos tratamientos.

Qué sucederá?

La mayoría de las personas con fiebre glandular leve ni siquiera saben que la han tenido. Pero si necesita ver a un médico, él o ella querrá hacer un seguimiento con usted durante uno o dos meses, para asegurarse de que esté mejorando.

Si tienes un niño o un adolescente con fiebre glandular, es posible que ambos deban ser pacientes: recuperarse por completo puede llevar un tiempo.

El síntoma que suele tardar más en mejorar es el cansancio que puede seguir a la fiebre glandular. Si dura más de seis meses, se clasifica como síndrome de fatiga crónica. Si esto sucede, hable con su médico.

La mayoría de las personas se recuperan completamente de la fiebre glandular, incluso si la fatiga tarda un tiempo en desaparecer.

Pero la afección a veces puede poner en peligro la vida. Esto puede deberse a problemas respiratorios, una ruptura del bazo o complicaciones que afectan a las células sanguíneas. Pero estos problemas son raros. Su médico podrá decirle si tiene alguno de estos problemas y cómo tratarlos.

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 2025. Todos los derechos reservados.

