

# Sarampión

## Measles (Spanish)

El sarampión (rubéola) es una infección causada por un germen (virus). Le hace sentir mal durante un breve período de tiempo y puede causar graves problemas de salud más adelante.

### **Cómo se propaga**

El sarampión se transmite de una persona a otra muy fácilmente (es muy contagioso). Esto sucede cuando alguien que lo tiene tose o estornuda y expulsa el virus al aire o sobre una superficie. Al inspirarlo o tocarlo, el virus ingresa por los ojos, la nariz o la boca. El virus puede permanecer con vida en el aire y sobre superficies duras durante algunas horas. Los síntomas suelen desarrollarse entre 8 y 12 días después de que la persona se expone al virus.

- A menudo, las personas infectadas no saben que tienen sarampión hasta que comienzan a sentirse mal.
- El sarampión puede contagiarse a otras desde 4 días antes hasta 4 días después de la aparición de la erupción.

### **Personas con mayor riesgo**

El sarampión puede resultar muy grave para algunas personas. Los problemas frecuentes incluyen infecciones de oído y heces blandas (diarrea). Puede provocar problemas más graves, como neumonía o inflamación del cerebro (encefalitis).

Personas con mayor riesgo de padecer enfermedades más graves:

- Niños pequeños (menores de 5 años de edad).

- Adultos mayores de 20 años.
- Personas que están cursando un embarazo.
- Personas con un sistema inmunitario debilitado (inmunodeprimidas).

## Señales y síntomas

- Primeros síntomas (días 1 a 4):
  - Fiebre
  - Tos
  - Secreciones nasales
  - Ojos llorosos y enrojecidos
  - Pequeñas manchas rojas con centro azul blanquecino dentro de las mejillas
- Síntomas posteriores (después del día 4):
  - Aparece la erupción
  - Fiebre máxima (104° Fahrenheit (F), 40° Celsius (C) o superior)
- Erupción del sarampión
  - Comienza en la cara, detrás de las orejas, y a lo largo de la línea del cabello. Se extenderá por todo el cuerpo hasta los pies en un plazo de 3 días.
  - Al principio, la erupción tiene un aspecto plano, luego aparecen manchas elevadas. A medida que se extiende, las manchas se agrupan formando racimos. Los racimos se fusionan entre sí, formando grandes manchas rojas.
  - La erupción dura de 3 a 5 días. Se desvanece lentamente hasta adquirir un color marrón, comenzando primero por la cara y extendiéndose hacia abajo por el cuerpo. Es posible que la piel se pele.

## Prevención

La mejor manera de prevenir el sarampión es vacunarse completamente con la vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola (MMR).

- Se necesitan dos dosis para completar la vacunación.
  - La primera dosis se administra inmediatamente después del primer cumpleaños (entre 12 y 15 meses de edad).
  - La segunda dosis se administra antes de ingresar a jardín de infantes (entre los 4 y 6 años).
- Cualquier persona que no esté protegida contra el sarampión corre el riesgo de contagiarse. Casi todos los casos de sarampión en Estados Unidos suceden en personas que no han completado su vacunación.

- Si viaja al exterior, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan administrar con anterioridad la vacuna MMR a bebés de hasta 6 meses de edad. Hable con el médico de su hijo antes de viajar.
- La vitamina A no previene el contagio del sarampión.

## Tratamiento

- Dado que el sarampión es un virus, los antibióticos no funcionan.
- Proporcionele a su hijo mucho líquido y descanso.
- **Nunca le dé a su hijo medicinas que contengan aspirina, a menos que lo indique el médico.**
- Bríndele medicamentos que le disminuyan la fiebre, tales como acetaminofén (Tylenol®), si es necesario. Antes de tomar ibuprofeno (Motrin® o Advil®), consulte a su médico para asegurarse de que está bien hacerlo. Siga todas las instrucciones del empaque sobre la dosis.
- Los síntomas suelen desaparecer en 2 semanas sin tratamiento. NO ignore los síntomas que empeoren. Infórmele al médico de su hijo si no mejora.
- Si su hijo tiene un caso grave de sarampión, es posible que deba ingresarlo al hospital para que reciba tratamiento. Si además tiene una infección bacteriana, como neumonía o infección de oído, le darán antibióticos.

## Cuándo llamar al médico

Llame al médico de su hijo si cree que tiene sarampión. Hágalo **antes** de traerlo o llevarlo al hospital. No quiere contagiar a los demás.

Es muy importante llamar al médico de su hijo si ha estado expuesto al sarampión y cumple alguna de las siguientes características:

- Es un bebé (menor de 12 meses de edad).
- No ha recibido sus vacunas (no recibió la inmunización).
- Tiene un sistema inmunitario debilitado debido a una enfermedad o a un medicamento que tome.
- Tiene síntomas compatibles con el sarampión.

## **Cuándo llamar al 911**

Llame al 911 si cree que su hijo tiene sarampión o si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Problemas para respirar
- Respiración muy rápida
- Succión de la piel entre las costillas al respirar (retracción)
- Se torna azul el color de piel alrededor de su boca
- Parece muy enfermo

## **Volver a la escuela o guardería**

- Notifique a la escuela o guardería de su hijo si este tiene sarampión. Los casos de sarampión deben informarse al departamento de salud local.
- Los niños que se contagian de sarampión deben permanecer alejados de los demás y no deben ir a la escuela o la guardería hasta 5 días después de que comenzó la erupción.