Intermountain® Healthcare

Sarampión

¿Qué es el sarampión?

El **sarampión**, o la **rubéola**, es una infección grave y sumamente contagiosa de los pulmones. Es causada por un virus y se presenta más amenudo en los niños, pero puede ocurrir en una persona expuesta que no se vacunó o nunca tuvo sarampión.

El sarampión puede ser grave. En el caso de los bebés y los niños pequeños, puede causar infecciones del oído medio y de los pulmones o incluso daño cerebral permanente, sordera o la muerte. En el caso de los adultos, la infección puede ser muy grave o incluso mortal. En las mujeres embarazadas, puede ocurrir un aborto espontáneo y parto prematuro.

¿Qué tan frecuente es?

Debido a que la mayoría de las personas han sido vacunadas, el sarampión es muy poco frecuente en los Estados Unidos. Sin embargo, ha habido varios brotes en los últimos años. A nivel mundial, aproximadamente 20 millones de personas contraen sarampión cada año ya que sigue siendo frecuente en muchos países. Las personas que viajan a estos países pueden contraer la infección y traerla de vuelta a los Estados Unidos. La mayoría de las personas que contraen sarampión no han sido vacunadas.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas por lo general empiezan de 8 a 12 días después de que usted ha estado expuesto al virus, y aparecen en 3 fases:

1. Comienza con síntomas de resfrío (tos, congestión, goteo nasal, fiebre, ojos rojos).
2. Unos 3 a 5 días después aparece una erupción roja elevada que comienza en la cara y detrás de las orejas.
3. Luego, la erupción se disemina al pecho y el abdomen (barriga) y, finalmente, a las nalgas, los brazos y las piernas.

Otros síntomas incluyen diarrea, infección de oído y manchas blancas dentro de la boca en el interior de las mejillas. Estas se llaman manchas de Koplik y son señales evidentes de sarampión.

Por lo general, después de que la persona se expone al virus del sarampión demora entre 8 y 12 días en enfermarse. Usted puede transmitir el virus a otros a partir de 4 días antes hasta 4 días después de que la erupción aparece por primera vez.

¿Cómo se propaga el virus?

El sarampión se propaga muy rápido de una persona a otra cuando alguien:

- Toca los fluidos de los ojos, la nariz o la boca de una persona infectada.
- Respira el aire en el mismo sitio donde una persona infectada podría estornudar, toser, hablar o cantar. Incluso si la persona se retiró de la habitación en las últimas 2 horas, aun así puede contagiarse el sarampión.

Usted puede contagiarse del sarampión de una persona aun antes de que esta presente la erupción.

¿Quién tiene mayor riesgo?

Los bebés cuyas madres no son inmunes y los niños que no han sido vacunados tienen más riesgo de contraer sarampión. Los adultos nacidos después de 1956 que no han sido vacunados (desde 1970) o no han tenido sarampión también están en riesgo, especialmente si viajan mucho a otros países donde la enfermedad es común. Su médico puede hacer un análisis de sangre para determinar si usted es inmune al virus.

¿Cómo puedo evitar contraerlo?

La mejor manera de evitar contraer el sarampión es asegurarse de que usted y su familia recibieron la vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola (MMR, por sus siglas en inglés). Generalmente, esta vacuna se aplica a:

- **Los niños** en 2 dosis, la primera dosis entre los 12 y los 15 meses de vida, y la segunda dosis se administra entre 4 y 6 años de edad.
- **Algunos lactantes** menores de 12 meses s i viajan fuera de los Estados Unidos.
- **Los adultos nacidos después de 1956** en al menos 1 dosis, a menos que puedan verificar que han sido vacunados o han tenido la enfermedad.

Después de ser vacunados, usted o su niño pueden experimentar fiebre y, tal vez, una erupción durante algunos días. En casos poco frecuentes, puede haber una reacción más grave (consulte "¿Cuándo debo llamar a mi médico?").

¿Quién NO debe recibir la vacuna?

No reciba la vacuna MMR (o espere hasta que su médico diga que puede hacerlo) si usted o su niño:

- Alguna vez tuvo una reacción alérgica potencialmente mortal a algo que está en la vacuna (como el antibiótico neomicina). Comunique a su médico sobre cualquier alergia grave.
- Alguna vez ha tenido una reacción potencialmente mortal a una dosis previa de la vacuna.
- Está enfermo al momento de la inyección programada.
- Está o podría estar embarazada, o tiene previsto quedar embarazada en los próximos 28 días.
- Tiene problemas del sistema inmunitario que pueden derivar de:
  - VIH/SIDA u otro trastorno inmunitario
  - Tratamientos con fármacos que debilitan el sistema inmunitario (como los esteroides)
  - Cualquier tipo de cáncer (o recibe tratamiento para el cáncer con radiación o medicamentos)
  - Antecedentes de un trastorno sanguíneo
  - Haber recibido la vacuna en las últimas 4 semanas
  - Transfusión reciente (o haber recibido otros productos sanguíneos)

¿Cuándo debo llamar a mi médico?

Comuníquese con su médico de inmediato si usted o su niño tienen síntomas de sarampión.

Vaya a una sala de emergencias o llame al 911 si usted o su niño experimentan cualquiera de los siguientes síntomas después de aplicarse la vacuna MMR:

- Fiebre muy alta
- Latido cardíaco rápido
- Cambio inexplicable del comportamiento
- Ronchas, hinchazón de la cara y la garganta
- Dificultad para respirar
- Mareos
- Debilidad

¿Son seguras las vacunas?

Recibir la vacuna contra el sarampión es la única manera de evitar contraer y propagar esta grave enfermedad. No hay pruebas de que la vacuna MMR cause autismo. Los estudios de investigación médica de miles de niños NO han encontrado relación entre las vacunas y el autismo. Además, se comprobó que el estudio que "informó" por primera vez una relación entre ambos era falso.

Nota: La vacuna MMR no debe administrarse a mujeres embarazadas ni a aquellas que planean un embarazo en los próximos 28 días.

Para obtener más información sobre la seguridad de las vacunas, visite:

- **cdc.gov/vaccines/parents/index.html**
- **who.int/features/qa/84/en/**
- **publichealth.org/public-awareness/understanding-vaccines/vaccine-myths-debunked/**

¿Cómo se diagnostica y se trata?

Si usted tiene síntomas de sarampión, su médico le hará un examen físico para buscar manchas de Koplik y erupción, que generalmente aparecen en el sarampión. Si es necesario, se pueden hacer análisis de sangre para confirmar el diagnóstico.

Si usted no tiene síntomas pero ha estado expuesto al sarampión y está en riesgo de tenerlo, su médico probablemente le recomiende que reciba la vacuna MMR en el término de 72 horas (a menos que esté embarazada, tenga alergia grave al huevo o un sistema inmunitario débil).

No hay medicamentos específicos ni otros tratamientos para el sarampión. Si no hay complicaciones, el sarampión normalmente mejora en unos días. Para aliviar los síntomas, usted puede:

- Tomar acetaminofeno (Tylenol) y baños de esponja fríos para reducir la fiebre.
- Descansar bastante en cama.
- Tomar mucho líquido y comer alimentos blandos y suaves.
- Usar un vaporizador de vapor frío para ayudar a aflojar la congestión en los pulmones.
- Usar luces tenues. En el caso de los niños especialmente, el sarampión puede causarles sensibilidad a la luz brillante.

Si usted está en riesgo de complicaciones, pregúntele a su médico acerca de:

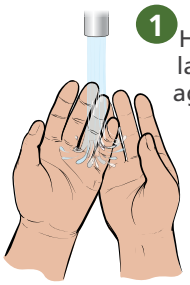
- Un tratamiento con vitamina A para los niños en situación de riesgo.
- La **inmunoglobulina**, que da protección a corto plazo contra el sarampión o al menos hace que el virus sea menos grave. Se administra a las personas que tienen el sistema inmunitario debilitado.

Evite la propagación de sarampión manteniendo a la persona infectada alejada de otras personas hasta 4 o 5 días después de que la erupción aparece por primera vez. Siempre lávese las manos antes y después del cuidado de la persona y antes de preparar o comer alimentos (vea la ilustración a la derecha).

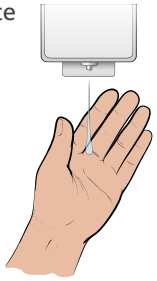
Si ocurren complicaciones y una estancia en el hospital es obligatoria, usted (o su niño) tendrá que estar en una habitación aislada hasta el quinto día de su erupción. Esto significa que:

- La puerta de la habitación permanecerá cerrada en todo momento con un letrero con precauciones de aislamiento.
- Cualquier persona que entre a la habitación deberá usar una máscara quirúrgica y usted también deberá utilizarla cuando salga de su habitación.
- Los proveedores de atención médica también usarán guantes, una mascarilla y bata, y tal vez gafas protectoras cuando le brinden atención.

Lavarse las manos con agua y jabón

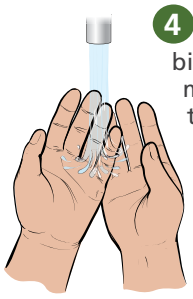


1. Humedecerse las manos con agua corriente tibia.

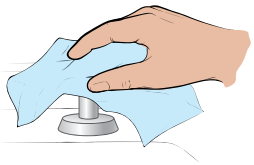


2. **Use jabón** líquido o **una barra de jabón limpia** Enjabonarse bien.

3. Frótese las manos enérgicamente al menos entre 15 y 20 segundos. Asegúrese de fregar todas las superficies de las manos y los dedos.

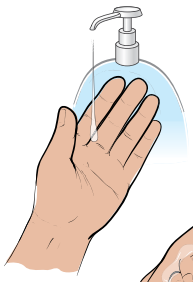


4. Enjuáguese bien. Séquese las manos con una toalla limpia o desechable.



5. Use una toalla para cerrar el grifo.

Lavado de manos con un desinfectante para manos



1. Use un **desinfectante de mano a base de alcohol que contenga al menos 60 % de alcohol.** Aplíquese el producto en la palma de la mano. Lea la etiqueta para saber cuánto debe aplicar.

2. Asegúrese de cubrir todas las superficies de las manos y los dedos. Frótese las manos hasta que estén secas.

Las personas pueden infectarse si tocan superficies que están contaminadas con gérmenes. Los proveedores de atención médica pueden propagar los gérmenes si no se lavan las manos con bastante frecuencia. Si no ve a los proveedores de atención médica lavarse las manos, pídales que lo hagan.

Preguntas para mi médico

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2018 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. Hay más información disponible en **intermountainhealthcare.org**. **Patient and Provider Publications FS520S-02/18** (Last reviewed - 03/17) (Spanish translation 02/18 by inWhatLanguage)