

## ***Preguntas Frecuentes (PF): Sarampión (Rubeola)***

### **¿Qué es el sarampión?**

El sarampión es una enfermedad viral **altamente contagiosa** causada por el virus del sarampión. Se propaga fácilmente de persona a persona a través de la tos, los estornudos o el contacto cercano con una persona infectada. El virus puede permanecer en el aire y en superficies **hasta por dos horas** después de que una persona infectada haya salido del área.

### **¿Cuáles son los síntomas del sarampión?**

Los síntomas generalmente aparecen entre **7 y 14 días después de la exposición** e incluyen:

- Fiebre alta (puede alcanzar 104 °F / 40 °C o más)
- Tos
- Secreción nasal
- Ojos rojos y llorosos (conjuntivitis)
- Pequeñas manchas blancas dentro de la boca (manchas de Koplik)
- Erupción cutánea roja y manchas que generalmente comienza en la cara y se extiende al resto del cuerpo

### **¿Qué tan grave es el sarampión?**

El sarampión puede causar complicaciones graves, especialmente en niños pequeños, personas embarazadas y personas con sistemas inmunológicos debilitados. Las complicaciones pueden incluir:

- Infecciones del oído y diarrea
- Neumonía (la causa más común de muerte por sarampión en niños pequeños)
- Encefalitis (inflamación del cerebro)
- Hospitalización o, en raras ocasiones, la muerte

## ¿Cómo se propaga el sarampión?

El sarampión se transmite por el aire cuando una persona infectada tose o estornuda. Puede contraerse al respirar aire contaminado o al tocar una superficie con el virus y luego tocarse los ojos, la nariz o la boca. Una persona con sarampión es contagiosa desde **cuatro días antes hasta cuatro días después** de que aparece la erupción.

## ¿Qué se considera una exposición?

Compartir **el mismo aire** en un espacio cerrado con una persona infecciosa con sarampión (por ejemplo, un salón de clases, una vivienda o una sala de espera en una clínica) **o entrar a ese espacio dentro de la hora posterior** a que la persona se retire. (Los CDC a menudo utilizan un período de 2 horas; la evidencia más allá de 60 minutos es limitada.)

- **El uso de mascarillas no elimina la exposición.** Los criterios de exposición aplican incluso si la persona infecciosa estaba usando mascarilla.

## ¿Cómo se puede prevenir el sarampión?

La mejor forma de prevenir el sarampión es mediante la **vacunación**:

- **La vacuna MMR** (sarampión, paperas y rubéola) es segura y eficaz.
- Dos dosis son **97 % efectivas** para prevenir el sarampión.
  - Primera dosis: 12–15 meses de edad
  - Segunda dosis: 4–6 años de edad

Los adultos que no estén seguros de su estado de vacunación o que hayan nacido después de 1957 deben consultar con su proveedor de atención médica sobre la vacunación.

## ¿Qué debo hacer si creo que he estado expuesto?

Si ha estado expuesto al sarampión:

- **Llame a su proveedor de atención médica antes de acudir en persona**, para evitar exponer a otras personas.
- Su proveedor puede recomendar la vacunación o una inyección de inmunoglobulina si se administra dentro de los primeros días después de la exposición.
- Permanezca en casa y evite lugares públicos hasta que las autoridades de salud pública le indiquen que es seguro hacerlo.

## Cuándo Alertar a Salud Pública

Cualquier persona con **fiebre ( $\geq 101^{\circ}\text{F} / 38.3^{\circ}\text{C}$ )**, tos, **secreción nasal u ojos rojos**, y **una erupción que comienza en la cara y se extiende hacia abajo**, o con síntomas compatibles **más** antecedente de viaje, visita a aeropuertos, parques temáticos o contacto con visitantes internacionales en los últimos **21 días**, debe **llamar a salud pública o a la clínica antes de llegar**, para evitar exponer a otras personas.

### ¿Pueden las personas vacunadas contraer sarampión?

Es poco común, pero las personas que solo han recibido una dosis de la vacuna o que tienen sistemas inmunológicos debilitados aún pueden contraer sarampión. Sin embargo, la enfermedad suele ser más leve y con menor riesgo de complicaciones.

### ¿Por qué estamos viendo nuevamente casos de sarampión?

El sarampión ha aumentado en los últimos años debido a:

- Viajes desde países donde el sarampión aún es común
- Disminución de las tasas de vacunación

Incluso una pequeña reducción en la cobertura de vacunación puede provocar brotes.

### ¿Dónde puedo obtener más información o vacunas?

- **Riverside University Health System – Salud Pública:**  
<https://ruhealth.org/public-health/immunization-program>
- **Departamento de Salud Pública de California (CDPH):**  
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/measles.aspx>
- **Hoja informativa rápida del CDPH sobre el sarampión:**  
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/Immunization/Measles-Quicksheet.pdf>