

# SARAMPIÓN

## ¿Qué es el sarampión?

El sarampión es una enfermedad muy contagiosa causada por un virus. Es *diferente* de la rubéola, ésta produce un sarpullido muy similar y en inglés se conoce como sarampión alemán o sarampión de tres días, por eso, se confunden.

## ¿Cuáles son los síntomas del sarampión?

Los síntomas normalmente comienzan entre 8 y 12 días después de haber estado expuesto, 10 días es lo regular. El sarpullido suele aparecer en un plazo de 14 días. Los síntomas ocurren en dos fases. En la primera fase, los síntomas iniciales suelen ser fiebre, nariz mucosa, ojos rojos y tos. La segunda fase comienza entre el tercer día y el séptimo, cuando empieza el sarpullido en la cara y se extiende por todo el cuerpo. Aparecen pequeñas manchas blancas, se llaman manchas de Koplik, que se pueden ver en las encías y el interior de las mejillas.

## ¿Cómo se transmite el sarampión?

El virus del sarampión se transmite fácilmente a través del aire cuando una persona enferma con sarampión estornuda o tose o por contacto directo con las secreciones nasales o de la garganta.

## ¿Por cuánto tiempo alguien con sarampión puede contagiar a otros?

Se puede contagiar desde 4 días antes de desarrollar síntomas hasta 4 días después de que haya aparecido el sarpullido.

## ¿Quién puede contraer el sarampión?

Aunque las personas de cualquier edad pueden contraer el sarampión, se conoce más por ser una enfermedad en niños. Normalmente, en Estados Unidos los casos se dan en niños de edad preescolar, adolescentes, jóvenes y en aquellos que no han recibido las vacunas debidas. Después de haber pasado la enfermedad, se desarrolla inmunidad para toda la vida y no se volverá a pasar.

## ¿Cómo se trata el sarampión?

No hay un tratamiento específico para el sarampión.

## ¿Es necesario quedarse en casa y no ir a la escuela, a la guardería o al trabajo?

Las personas infectadas deben quedarse en casa y no ir a la escuela, a la guardería, al trabajo o a otros lugares donde puedan exponer a otros al virus por al menos cuatro días después de que haya aparecido el sarpullido.

## ¿Cómo puedo protegerme yo y proteger a mi familia contra el sarampión?

- Cualquier persona nacida antes del 1 de enero de 1957, que no tenga una historia clínica comprobada de haber pasado la enfermedad o confirmación de inmunidad con un análisis de sangre, debe recibir al menos una dosis de la vacuna triple viral (MMR en inglés, contra el sarampión, paperas y rubéola), pero preferiblemente dos dosis (al menos 28 días aparte) para tener la máxima protección.
- Siempre lávese bien y con frecuencia las manos con agua y jabón, y enséñeles a los niños a hacerlo también. (En lugar de lavárselas puede usar un gel desinfectante para manos cuando no se vean sucias).
- Siempre cúbrase la nariz y la boca al toser o estornudar y después lávese las manos.