El sarampión: protéjase y proteja a su familia

Sonja Koukel[1]

aces.nmsu.edu/pubs • Servicio de Extensión Cooperativa • Guía I-113

La Facultad de Ciencias Agropecuarias, del Medio Ambiente y del Consumidor es un motor para el desarrollo económico y comunitario de Nuevo México que mejora la calidad de vida de los nuevo mexicanos a través de la enseñanza, investigación y los programas de Extensión Cooperativa.

New Mexico State University
aces.nmsu.edu

© Milkos | Dreamstime.com

En mayo 2019, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) confirmaron 839 casos de individuos con sarampión en los Estados Unidos. Este es el mayor número de casos reportados desde 1994. El sarampión (rubeola) se declaró eliminado en los Estados Unidos en 2000. Sin embargo, el sarampión viene aumentando y continúa propagándose. Esta guía proporciona información sobre el sarampión y cómo protegerse y proteger a su familia.

LO MÁS IMPORTANTE: ¡PROTEJA A SUS NIÑOS VACUNÁNDOLOS!

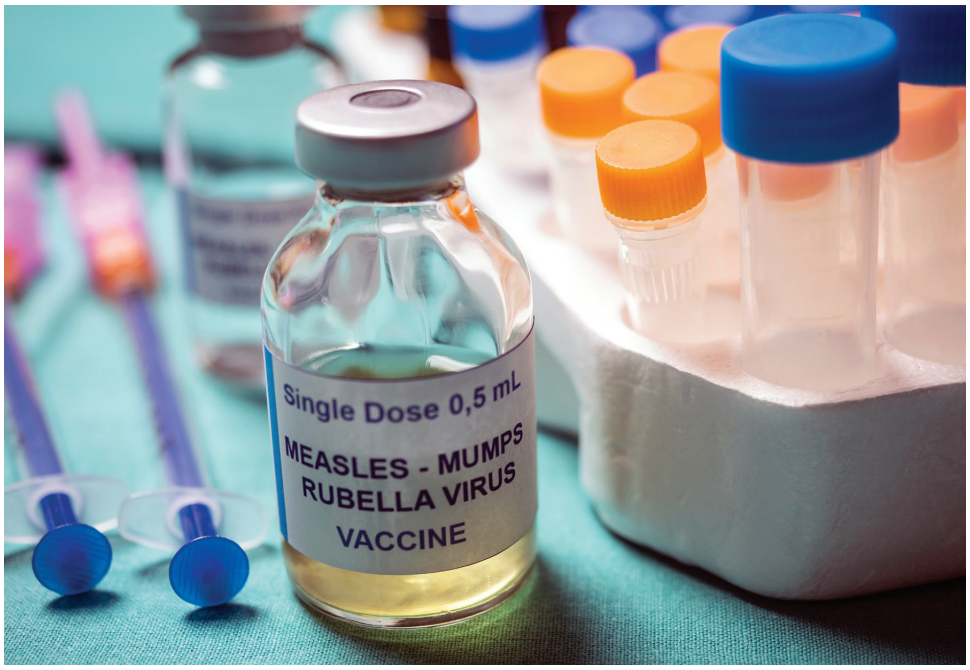
La mejor manera de protección contra el sarampión es vacunarse contra el sarampión. La vacuna usualmente se combina con las vacunas de las paperas y la rubeola, y se le conoce como la vacuna MMR (gráfica 1).

Hay preocupación que la vacuna está vinculada al autismo en niños. **Investigaciones a fondo del Instituto de Medicina, la Academia Norteamericana de Pediatría y los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) NO HAN HALLADO una conexión con el autismo.** Su niño se expone a un mayor peligro de tener complicaciones relacionadas con el sarampión—inclusive la muerte—cuando no están protegidos contra esta enfermedad.

La vacuna MMR se da en dos dosis:

- La primera dosis entre los 12 y 15 meses.
- La segunda dosis entre los 4 y 6 años.

[1]Profesora y especialista en salud comunitaria y ambiental con el Departamento de Ciencias Agrícolas, Ambientales y del Consumidor, Universidad Estatal de Nuevo México.



© Felipe Caparros | Dreamstime.com

Gráfica 1. **La vacuna del sarampión normalmente se combina con las vacunas de paperas y rubeola, y se le conoce como la vacuna MMR.**

VACUNAS PARA ADULTOS

Los adolescentes y adultos deben tener al día sus vacunas MMR. Deben preguntar a su proveedor de cuidados de la salud si deben recibir la vacuna en caso que:

- no tengan un historial médico que muestre que ha recibido la vacuna o
- no tengan prueba de inmunidad, como una prueba de sangre.

¿POR QUÉ SE PRESENTA UN BROTE DE SARAMPIÓN?

- La mayoría de personas que se enferman de sarampión no han sido vacunadas.
- El sarampión es todavía común en algunas regiones del mundo. Estas incluyen algunos países en Europa, Asia, el Pacífico y África.
- Viajeros que llegan a Estados Unidos con sarampión continúan trayendo la enfermedad.
- El sarampión se propaga rápidamente en una comunidad donde grupos de personas no han sido vacunadas.

¿QUÉ TAN FÁCIL ES CONTRAER SARAMPIÓN?

El sarampión es causado por un virus. Es contagioso y se transmite fácilmente en el aire. Es tan contagioso que si una persona lo tiene hasta el 90% de las personas a su alrededor se contagiarán si no han sido vacunadas. Una persona infectada puede transmitir el sarampión a otros antes de saber que tiene la enfermedad.

El virus del sarampión se encuentra en la mucosa (fluido) de la nariz y garganta. Gotitas de la mucosa que contienen el virus se liberan al aire al toser, estornudar o al hablar. Las gotitas pueden caer en superficies donde permanecen vivas o activas por varias horas. Mucho después de que la persona infectada se haya alejado del lugar, usted puede infectarse con sarampión al tocar objetos contaminados y luego frotarse los ojos, nariz o boca.

¿CÓMO PUEDO SABER SI TENGO SARAMPIÓN?

Si se expone al sarampión, es probable que note estos o algunos de estos signos (gráfica 2).

En cualquier momento entre 10 a 12 días de haber estado expuesto al virus:

- Fiebre.
- Tos.
- Nariz mocosa.
- Conjuntivitis, cuando la parte blanca del ojo se enrojece debido a inflamación o infección.
- Dolor de garganta.

En algún momento entre los 12 y 15 días después de haber estado expuesto al virus:

- Aparecen pequeñas manchas blancas en la boca, conocidas como manchas de Koplik; este es uno de los signos más conocidos de esta enfermedad.
- Después de que aparecen las manchas de Koplik, la fiebre puede aumentar rápidamente y de repente alcanzar 105ºF.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (2019).

Gráfica 2. **El sarampión causa una variedad de síntomas, inclusive fiebre, tos, nariz mocosa, conjuntivitis, manchas de Koplik y un sarpullido con picazón.**

- Aparece un sarpullido enrojecido y con una picazón ligera en la cara el cual se propaga rápidamente a otras partes del cuerpo.

El sarampión es contagioso cuatro días antes de que aparezca el sarpullido. Y sigue siendo contagioso cuatro días después de que el sarpullido desaparece.

¿QUÉ TAN GRAVE ES EL SARAMPIÓN?

Hasta un 20% de las personas que contraen sarampión sufren de complicaciones, inclusive las siguientes:

- **Infección de oído** – puede causar pérdida permanente de la audición.
- **Bronquitis** – es la inflamación del revestimiento de los bronquios. Los bronquios transportan el aire que sale y llega a los pulmones. La bronquitis causa tos y espasmos (cuando los músculos se tensan de repente).
- **Neumonía** – una infección en uno o ambos pulmones.
- **Laringitis** – una inflamación de la garganta que con frecuencia causa que la persona pierda la voz y no pueda hablar normalmente.
- **Encefalitis** – una inflamación del cerebro que puede causar espasmos musculares, coma, daño permanente del cerebro o hasta la muerte. El coma es cuando una persona entra en un profundo estado de inconsciencia (no se da cuenta) por largos periodos de tiempo.

En mujeres embarazadas, el sarampión puede causar un aborto (la pérdida del bebé) o hacer que el bebé nazca antes de tiempo (prematuro).

IMPORTANTE: EL VIRUS COMÚN DEL SARAMPIÓN NO HA SIDO VINCULADO CON DEFECTOS DE NACIMIENTO.

Los niños y adultos que no se vacunan contra el sarampión y contraen la enfermedad ponen en peligro a otras personas en su comunidad de que contraigan la enfermedad. Para prevenir brotes de sarampión en comunidades, se requiere que un número elevado de personas tengan la vacuna MMR.

REFERENCIAS

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). 2019, March 28. Measles, mumps, and rubella (MMR) vaccination: What everyone should know. Retrieved from https://www.cdc.gov/vaccines/vpd/mmr/public/index.html

CDC. 2020, November 5. Top 4 things parents need to know about measles. Retrieved from https://www.cdc.gov/measles/about/parents-top4.html

CDC. 2020, November 5. Vaccine for measles. Retrieved from https://www.cdc.gov/Features/Measles/

CDC. 2020, November 5. Complications of measles. Retrieved from https://www.cdc.gov/measles/about/complications.html

Traducido por Myriam Grajales-Hall

Sonja Koukel es profesora y especialista en salud comunitaria y ambiental con el Departamento de Ciencias Agrícolas, Ambientales y del Consumidor. Recibió su B.S. en NMSU y su Ph.D. en la Universidad Texas Tech. Sus programas de Extensión se enfocan en la salud y bienestar – físico, mental, espiritual y ambiental.

El contenido de las publicaciones puede reproducirse con propósitos educacionales. Todos los derechos reservados. Para permiso del uso de las publicaciones con otro fin o propósito, por favor contacte pubs@nmsu.edu o los autores de la publicación.

La Universidad Estatal de Nuevo México (por sus siglas en inglés NMSU) acata las pautas de acción afirmativa y de oportunidad equitativa en el empleo y en la educación. Este proyecto es una colaboración entre NMSU y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

diciembre 2021 **Las Cruces, NM**