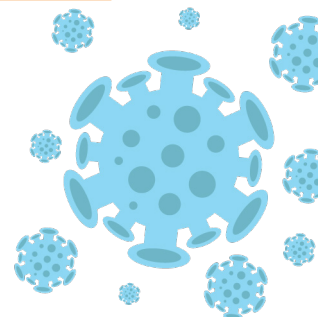


# Hoja informativa sobre la rubéola

## ¿Qué es?

La rubéola es una enfermedad viral contagiosa que provoca un sarpullido y también se conoce como **sarampión alemán** o **sarampión de los tres días**. La rubéola puede **provocar complicaciones graves en bebés, niños pequeños y en el feto si la madre se contagia durante el embarazo**.



## ¿Cómo se transmite?

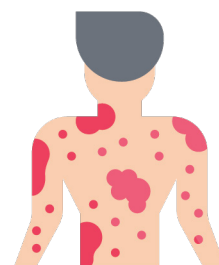
La rubéola se contagia cuando una persona enferma tose o estornuda, o por contacto directo con secreciones nasales o de la boca. **También puede transmitirse de una madre embarazada a su bebé en desarrollo**. Una persona con rubéola puede contagiar a otros hasta una semana antes de que aparezca el sarpullido y hasta 7 días después. **Una persona puede transmitir la rubéola aunque no presente síntomas visibles de enfermedad**.



## ¿Cuáles son los síntomas?

**Los signos de la rubéola pueden** tardar entre 2 y 3 semanas en aparecer tras la exposición al virus, o incluso no manifestarse. Cuando los síntomas se presentan, pueden incluir:

- Sarpullido que inicia en la cara y se extiende por el cuerpo
- Fiebre leve (100° F / 37° C)
- Dolor de cabeza
- Ojos enrojecidos y que pican, o conjuntivitis
- Malestar general
- Tos, congestión nasal y dolor de garganta
- Dolores musculares y articulares, incluso detrás de las orejas y en la base del cuello



La infección por rubéola suele ser leve en los niños. Sin embargo, puede ser muy grave para un bebé en desarrollo. Si una mujer embarazada contrae la rubéola, puede causar complicaciones importantes para ella y su bebé, como **pérdida auditiva permanente, retrasos en el crecimiento del corazón y otros órganos, y dificultades en el desarrollo**. En algunos casos, puede provocar la **pérdida del embarazo**.



**CONTACTE CON UNA ENFERMERA DE SALUD PÚBLICA DEL CONDADO DE SAN DIEGO**

**ENFERMERA DE SALUD PÚBLICA - MÁS INFORMACIÓN**

TELÉFONO: 1 (866) 358-2966 OPCIÓN 5

CORREO ELECTRÓNICO: PHS-IZPHN.HHSA@SDCOUNTY.CA.GOV



## ¿Cómo puedo proteger a mi hijo?

La rubéola se puede prevenir gracias a la vacuna triple vírica (sarampión, paperas y rubéola - MMR). Las personas que no se vacunan tienen más posibilidades de enfermar de rubéola. **La vacuna MMR ha sido estudiada exhaustivamente por especialistas y se considera segura y eficaz.** No existen estudios que relacionen la vacuna MMR con el autismo.

**Son necesarias dos dosis de la vacuna MMR para lograr la máxima protección.** La primera dosis se administra entre los 12 y 15 meses de edad, y la segunda entre los 4 y 6 años. Comprueba que tu hijo tenga al día sus vacunas, ya que **con dos dosis la vacuna MMR puede prevenir la rubéola de por vida hasta en un 97% de los casos.**



Si tienes pensado quedarte embarazada, revisa tu historial de vacunación para asegurarte de que recibiste la serie de vacunas MMR. Si estás embarazada y contraes la rubéola, puede afectar gravemente al bebé en desarrollo. **Vacunarte antes del embarazo ayuda a proteger a tu futuro bebé de la rubéola.** Si planeas quedarte embarazada, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan vacunarse al menos 1 mes antes de buscar el embarazo.



Aunque la rubéola es poco común en Estados Unidos gracias a la efectividad de las vacunas, sigue presente en otras regiones del mundo. **Esto es importante tenerlo en cuenta antes de viajar, sobre todo si estás embarazada.** Si un niño necesita protección contra la rubéola antes de los 12 meses por viajes internacionales, la vacuna MMR puede administrarse desde los 6 meses de edad.

## ¿Cuándo debo consultar al médico?

Póngase en contacto con su médico si su hijo presenta síntomas de rubéola, ha estado en contacto con alguien que la tenga, o si nota que su hijo enfermo empeora en vez de mejorar. Durante la consulta, el médico preguntará por los síntomas y revisará si su hijo tiene las vacunas correspondientes.

Si su hijo enferma de rubéola, es fundamental permanecer en casa para evitar que otros se contagien. Aunque no existe un tratamiento específico para la rubéola, en muchos casos los síntomas pueden controlarse. Su médico podrá recomendarle cuidados y remedios apropiados. **Avise a sus contactos cercanos, especialmente a mujeres embarazadas y personas en el trabajo o la escuela, que está enfermo de rubéola.**



**CONTACTA CON UNA ENFERMERA DE SALUD PÚBLICA DEL CONDADO DE SAN DIEGO**  
**ENFERMERA DE SALUD PÚBLICA PARA MÁS INFORMACIÓN.**

LLAMA AL: 1 (866) 358-2966 OPCIÓN 5

CORREO ELECTRÓNICO: PHS-IZPHN.HHSA@SDCOUNTY.CA.GOV

