



Rubéola Rubella

¿Qué es la rubéola?

La rubéola, también conocida como el sarampión alemán, es una enfermedad causada por el virus de la rubéola.

La rubéola suele ser una enfermedad leve pero puede ser muy grave para las mujeres embarazadas y para los bebés en desarrollo. Si una mujer embarazada contrae la rubéola, puede sufrir un aborto espontáneo o tener un mortinato. El bebé puede nacer con malformaciones congénitas graves, incluyendo sordera, problemas oculares, defectos cardíacos, y daños en el hígado, el bazo y el cerebro. Esto se denomina síndrome de rubéola congénita (SRC). El SRC ocurre aproximadamente en 9 de cada 10 bebés nacidos de mujeres que tuvieron una infección por rubéola durante los 3 primeros meses del embarazo. El SRC es poco frecuente porque muchas mujeres son inmunes a la infección de rubéola debido a la vacunación habitual. Sin embargo, aún se producen casos de rubéola en Canadá en bebés nacidos de mujeres que migraron al país, ya que la vacunación contra la rubéola no es rutinaria en muchas partes del mundo.

¿Existe una vacuna contra la rubéola?

Hay 2 vacunas disponibles en B.C. que proporcionan protección contra la rubéola:

1. La vacuna contra el sarampión, paperas y rubéola (SPR o MMR, por sus siglas en inglés)
2. La vacuna contra el sarampión, paperas, rubéola y varicela (SPRV o MMRV, por sus siglas en inglés)

Las vacunas se administran de manera gratuita como parte de las vacunaciones infantiles regulares así como a aquellos que necesiten protección contra la rubéola.

Para obtener más información, consulte:

- [HealthLinkBC File #14a Vacuna contra el sarampión, paperas y rubéola \(SPR\)](#)
- [HealthLinkBC File #14e La vacuna contra el sarampión, paperas, rubéola y varicela \(SPRV\)](#)

¿Qué hago si estoy planeando quedarme embarazada?

Si es una mujer en edad de concebir, asegúrese de que es inmune a la rubéola antes de quedarse embarazada. Si no es inmune (nunca ha contraído la enfermedad ni ha sido vacunada), debería recibir la vacuna SPR y luego esperar un mes antes de quedarse embarazada.

¿Qué hago si ya estoy embarazada?

Si usted está embarazada y no sabe si es inmune a la rubéola, se le ofrecerá hacer un examen de sangre para determinar si tiene inmunidad contra la rubéola como parte de su atención prenatal. Si no es inmune, debería vacunarse después del embarazo, preferiblemente antes de salir del hospital. La vacuna contra la rubéola no debería ser administrada durante el embarazo como una precaución general para evitar las vacunas de virus vivos en el embarazo. Si una mujer recibe la vacuna contra la rubéola durante el embarazo, esto no es un motivo para interrumpir el embarazo. Nunca se ha encontrado prueba de que la vacuna cause el síndrome de rubéola congénita.

¿Cómo se transmite la rubéola?

La rubéola se transmite por el contacto con la saliva o la mucosidad de la boca, nariz o garganta de una persona infectada. Cuando una persona infectada tose o estornuda, el virus se transmite por medio de gotas en el aire. Puede contraer la infección al respirar estas gotas o al tocar objetos contaminados con el virus. Compartir comida, bebidas o cigarrillos, o besar a alguien que tenga el virus también puede ponerle en peligro.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas pueden incluir: un sarpullido, fiebre, dolores articulares, dolor de cabeza, malestar, secreción nasal y ojos irritados. Los ganglios linfáticos ubicados detrás de las orejas y en la parte posterior del cuello pueden hincharse y doler.

El sarpullido, que puede causar picazón, comienza en la cara y luego se extiende desde la cabeza hasta los

pies, y dura entre 3 y 5 días. Aproximadamente la mitad de las infecciones por rubéola no presentan síntomas de sarpullido.

Los síntomas pueden aparecer de 14 a 21 días después de que una persona se haya infectado con el virus de la rubéola. En la mayoría de los casos, los síntomas comienzan de 14 a 17 días después de la exposición al virus.

¿Qué sucede si he estado expuesto a la rubéola?

Si ha estado en contacto con alguien con rubéola y no ha tenido la enfermedad ni ha recibido 1 dosis de una vacuna contra la rubéola, debería vacunarse para protegerse contra la exposición al virus de la rubéola en el futuro. Hable con su proveedor de asistencia sanitaria para programar una cita para recibir la vacuna contra la rubéola.

Las mujeres embarazadas que pueden haber estado expuestas a la rubéola deberían hablar con su proveedor de asistencia sanitaria para determinar si son inmunes a la rubéola. Las mujeres embarazadas que han estado expuestas a la rubéola y no son inmunes necesitarán análisis de sangre para determinar si han sido infectadas.

¿Qué debería hacer si sospecho que tengo la rubéola?

Si tiene fiebre y un sarpullido, y piensa que puede tener la rubéola, especialmente si ha estado en contacto con alguien con rubéola o ha viajado a una zona en la que hay un brote de rubéola, pida que un proveedor de asistencia sanitaria le examine. Es mejor que llame con antelación para que pueda ver rápidamente a su profesional de asistencia sanitaria y no transmitir la enfermedad a otros. La rubéola se puede transmitir fácilmente en lugares como salas de espera y en urgencias. El médico o la enfermera de triaje puede asegurarse de que vaya a una zona cerrada para que le examinen y que acuda a la clínica en un momento en el que la sala de espera esté vacía. Traiga su cartilla de vacunación. Se le realizará un examen físico y un análisis de sangre y se le tomará una muestra de la garganta o de orina para diagnosticar la rubéola.

¿Cómo puedo evitar transmitir la rubéola a los demás?

Una persona con rubéola puede transmitir el virus a los demás desde los 7 días antes hasta los 7 días o más después de la aparición del primer sarpullido. Si tiene la rubéola, puede ayudar a evitar la transmisión a otros, especialmente a las mujeres embarazadas, de la siguiente manera:

- Permanecer en casa durante 7 días después de que aparezca el primer sarpullido
- Lavarse las manos con regularidad
- Toser o estornudar en un pañuelo o en la manga en lugar de en sus manos
- No compartir comida, bebidas o cigarrillos, ni besar a otros

¿Cuál es el tratamiento en el hogar?

Después de ver a un proveedor de asistencia sanitaria, los siguientes consejos para el tratamiento en casa pueden ayudarle a estar más cómodo mientras descansa y se recupera.

- Tome muchos líquidos como agua, jugo y sopa, especialmente si tiene fiebre
- Descanse mucho
- Trate la fiebre (si la tiene)

Se puede dar acetaminofén (p. ej. Tylenol®) o ibuprofeno* (p. ej. Advil®) para la fiebre o el dolor. No se debe dar AAS (p. ej. Aspirina®) a ninguna persona menor de 18 años de edad debido al riesgo del síndrome de Reye.

*No se debe dar ibuprofeno a niños menores de 6 meses de edad sin consultar antes a su proveedor de asistencia sanitaria.

Para obtener más información sobre el Síndrome de Reye, consulte [HealthLinkBC File #84 Síndrome de Reye](#).

Para obtener más información sobre las inmunizaciones, visite ImmunizeBC en www.immunizebc.ca.



Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.