

## 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 es generalmente una enfermedad leve, pero puede ser muy grave para las mujeres embarazadas y sus bebés en gestación. Si una mujer embarazada contrae una infección por rubéola, puede sufrir un aborto espontáneo o tener un mortinato. Es posible que el bebé nazca con malformaciones congénitas graves, incluyendo sordera, problemas oculares, defectos cardíacos, daños hepáticos, en el bazo y cerebrales. Esto se denomina síndrome de rubéola congénita (SRC/CRS, por sus siglas en inglés). Aproximadamente 9 de cada 10 bebés nacidos de mujeres con una infección por rubéola en los 3 primeros meses de embarazo sufren el SRC. El SRC es poco frecuente ya que muchas mujeres son inmunes a la infección por rubéola debido a las vacunaciones habituales. Sin embargo, todavía se presentan casos en Canadá en los bebés nacidos de mujeres que inmigraron a Canadá, puesto 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) [MMR, por sus siglas en inglés]
2. La vacuna contra el sarampión, paperas, rubéola y varicela (SPRV) [MMRV, por sus siglas en inglés]

Las vacunas se administran de manera gratuita como parte de las vacunaciones infantiles regulares, así como para aquellos que necesiten protección contra la rubéola. Para más información, consulte [HealthLinkBC File #14a Vacuna contra el sarampión, paperas y rubéola \(SPR\)](#) y [HealthLinkBC File #14e Vacuna contra el sarampión, paperas, rubéola y varicela \(SPRV\)](#).

### ¿Qué sucede si estoy considerando quedarme embarazada?

Si es una mujer en edad de quedarse embarazada, asegúrese de que es inmune a la rubéola antes de quedar embarazada. Si no es inmune (no ha pasado la enfermedad ni ha sido vacunada), debería recibir la vacuna SPR y después esperar 1 mes antes de quedar embarazada.

### ¿Qué sucede si ya estoy embarazada?

Si está embarazada y no sabe si es inmune a la rubéola, se le ofrecerá hacerse un análisis de sangre para determinar si tiene inmunidad contra la rubéola como parte de sus cuidados prenatales. Si no es inmune, debería vacunarse después de su embarazo, preferiblemente antes de salir del hospital. La vacuna contra la rubéola no debe administrarse durante el embarazo como precaución general para evitar vacunas vivas durante el embarazo. Si una mujer se vacuna contra la rubéola durante el embarazo, esta no es razón para interrumpir el embarazo. No se ha observado nunca que la vacuna sea la causa del 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 suspendidas 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 tiene el virus también puede ponerle en peligro.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Entre los síntomas se incluyen un sarpullido, fiebre, dolores en las articulaciones, dolor de cabeza, malestar, goteo nasal y ojos irritados. Los nódulos linfáticos localizados detrás de las orejas y en la parte de atrás del cuello pueden inflamarse y doler.

El sarpullido, que puede provocar picazón, comienza en la cara y posteriormente se desplaza hacia abajo, de la cabeza a los pies, y dura entre 3 y 5 días. Aproximadamente la mitad de todas las infecciones por rubéola no se presentan señales de sarpullido.

Los síntomas aparecen entre 14 y 21 días después de que en una persona se haya infectado con el virus de la rubéola. En la mayoría de los casos, los síntomas aparecen entre 14 y 17 días después de haber estado expuesto al virus.

### ¿Qué sucede si he estado expuesto a la rubéola?

Si ha estado expuesto a alguien con rubéola y no ha pasado la enfermedad ni ha recibido 1 dosis de la vacuna contra la rubéola, debería vacunarse para protegerse contra futuras exposiciones al virus de la rubéola. Póngase en contacto con su proveedor de asistencia sanitaria para concertar una cita para vacunarse.

Las mujeres embarazadas que hayan podido estar expuestas a la rubéola deberían hablar con su proveedor de asistencia sanitaria para determinar si son inmunes a la rubéola. Las mujeres embarazadas que ha estado expuestas a la rubéola y no sean inmunes necesitan un análisis de sangre para determinar si han contraído la infección.

### ¿Qué debo hacer si creo que he contraído la rubéola?

Si tiene fiebre y un sarpullido y cree que puede haber contraído 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 le vean rápidamente evitando así transmitir la enfermedad a otros. La rubéola se puede transmitir fácilmente en lugares como las salas de espera y en urgencias. El médico o la enfermera de triaje pueden asegurarse de que se le lleve 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 la orina para diagnosticar la rubéola.

### ¿Cómo puedo prevenir la transmisión de la rubéola a otros?

Una persona con rubéola puede transmitir el virus a otros desde 7 días antes hasta 7 días después de que aparezca el primer sarpullido. Si tiene rubéola, puede ayudar a prevenir la transmisión a los demás, especialmente a mujeres embarazadas:

- Permaneciendo en casa durante al menos 7 días después de que aparezca el primer sarpullido.
- Lavándose las manos con regularidad.
- Tosiendo o estornudando en un pañuelo o en la manga en lugar de en sus manos.
- No compartiendo comida, bebidas o cigarrillos, ni besando a otros.

### ¿Cuál es el tratamiento en casa?

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.

Se puede dar acetaminofén (p. ej. Tylenol<sup>®</sup>) o ibuprofeno\* (p. ej. Advil<sup>®</sup>) para la fiebre o el dolor. No se debe dar AAS (p. ej. Aspirina<sup>®</sup>) 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 <https://immunizebc.ca/>.



Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) 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](http://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.