

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 personas embarazadas y para los bebés en desarrollo. La rubéola en el embarazo puede causar un aborto espontáneo o mortinatos. 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 personas que tuvieron una infección por rubéola durante los 3 primeros meses del embarazo. El SRC es poco frecuente en Canadá gracias a la vacunación habitual.

¿Existe una vacuna contra la rubéola?

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

1. Vacuna contra el sarampión, paperas y rubéola (SPR)
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 Vacuna contra el sarampión, paperas, rubéola y varicela \(SPRV\)](#)

¿Qué hago si estoy planeando quedarme embarazada?

Si está 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. Recibir la vacuna contra la rubéola durante el embarazo, no es razón para terminar el embarazo. Nunca se ha encontrado prueba de que la vacuna cause SRC.

¿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 con rubéola. El virus de la rubéola se transmite por medio de gotas suspendidas en el aire cuando una persona infectada con rubéola tose o estornuda. Puede contraer la infección si respira estas gotas o si toca objetos y superficies contaminados con el virus. Compartir comida, bebidas o cigarrillos, o besar a alguien con rubéola también puede ponerle en peligro.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la rubéola 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. Hasta la mitad de las infecciones por rubéola no presentan síntomas de sarpullido.

Los síntomas normalmente comienzan de 14 a 17 días después de la exposición al virus de la rubéola.

¿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. Esto le protegerá 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.

Si está embarazada y pudo haber tenido exposición a la rubéola, hable con un proveedor de asistencia sanitaria para determinar si es inmune a la rubéola. Si ha estado expuesto a la rubéola y no es inmune, necesitará análisis de sangre para determinar si ha sido infectado.

¿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, haga que un proveedor de asistencia sanitaria le examine. Es mejor que llame con antelación para que le vean rápidamente sin exponer a otros. La rubéola se puede transmitir fácilmente en lugares como salas de espera y en urgencias. El médico o la enfermera 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 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 personas 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 (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](#).



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-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 emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito **8-1-1**. El número telefónico 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.