



## Rubéola (sarampión alemán)

Su hijo(a) pudo haber estado expuesto(a) a esta enfermedad el \_\_\_\_\_.  
Fecha(s)

Por favor revise si su hijo(a) presenta síntomas hasta el \_\_\_\_\_.  
Fecha

*Si presenta síntomas, comuníquese con el proveedor de cuidado de la salud de su hijo(a).*

### **Si mi hijo tiene esta enfermedad, ¿cuándo puede regresar a la escuela o la guardería?**

**Los niños con rubéola no deben regresar a la escuela hasta que hayan transcurrido al menos 7 días desde la aparición del sarpullido.** En el raro caso de que su hijo(a) vacunado(a) se enferme de rubéola, puede regresar a la escuela hasta que su médico o profesional de la salud lo apruebe.

#### **La rubéola es una enfermedad causada por un virus.**

Los síntomas son:

- Fiebre de bajo grado (menos de 100.4º F)
- Un sarpullido que empieza en la cara y se extiende al resto del cuerpo
- Glándulas inflamadas
- Dolor de cabeza
- Tos
- Escurrimiento nasal
- Dolor en las articulaciones
- Ojos ligeramente rojos
- Fatiga

Estos síntomas generalmente empiezan entre 12 y 23 días después de la exposición a una persona enferma. Los

niños generalmente tienen pocos síntomas, o pudieran ni siquiera tener uno de ellos.

La rubéola puede ser muy peligrosa para el feto en el caso de las mujeres embarazadas, porque el 90% de las ocasiones provoca un aborto espontáneo o defectos congénitos.

#### **¿Cómo se transmite la rubéola?**

La rubéola se transmite muy fácilmente. Se transmite por:

- El contacto directo con el moco, la orina o el fluido nasal y de la garganta de una persona enferma.
- Toser, estornudar o hablar

Una persona enferma puede transmitir la enfermedad 1 semana *antes* de que aparezca el sarpullido, hasta 1 semana después de que comenzó el sarpullido.

#### **¿Qué puedo hacer ahora?**

Una mujer embarazada o que pudiera estar embarazada y que ha sido expuesta a una persona enferma de rubéola debe comunicarse **de inmediato** con su médico. Si su hijo(a) no está vacunado(a) contra la rubéola, no existe tratamiento que evite que se enferme. Recibir la vacuna evitará que contraiga la rubéola en el futuro. Llame al médico de su hijo(a) para obtener más información.

**Observe a su hijo(a)** para detectar los síntomas de esta enfermedad y llame al médico o proveedor de cuidado de la salud de su hijo(a) si éste(a) se enferma. **Debido a que una persona puede contagiar esta enfermedad 1 semana antes de tener los síntomas y durante 7 días después de iniciados los síntomas, su hijo(a) no debe estar cerca de mujeres embarazadas NI de personas no inmunes a la rubéola, hasta que hayan pasado al menos 23 días desde que tuvo contacto con la persona que estuvo enferma. Esto también aplica aún cuando él o ella no presenten signos de estar enfermos.** Si usted cree que su hijo(a) tiene rubéola, **no** lleve a su hijo(a) a una sala de espera llena de gente, donde pudiera infectar a otras personas. En su lugar, llame al consultorio de su médico o al hospital antes de llegar para saber cuál es la mejor forma de entrar.

#### **Si su hijo(a) se enferma, evite que otras personas contraigan la enfermedad al:**

- No permitir que su hijo(a) salga de su hogar hasta que haya pasado al menos 1 semana desde que *empezó* el sarpullido.
- Lavarse las manos seguido.
- Cubrir la boca cuando tosa y utilizar un pañuelo desechable al estornudar. Tirar los pañuelos usados a la basura.

Para obtener más información, comuníquese con su proveedor de cuidado de la salud, su enfermera escolar, o con el Departamento de Salud del Condado de Marin al 415-473-4163, o visitando: [www.cdc.gov/rubella](http://www.cdc.gov/rubella)