Rubeola (sarampión alemán)

Preguntas frecuentes

¿Qué es la rubeola?

La rubeola, también llamada sarampión alemán, es una enfermedad contagiosa causada por un virus. Aunque la rubeola suele ser una enfermedad leve, puede ser muy peligrosa durante el embarazo porque puede causar graves defectos congénitos en un bebé en desarrollo. Antes de que la vacuna de la rubeola estuviera disponible, era una enfermedad común en la niñez. La rubeola es causada por un virus diferente al sarampión.

¿Quién puede contraer rubeola?

Cualquiera que no haya tenido rubeola o no haya recibido la vacuna puede infectarse. Aunque la rubeola ahora es poco común en Estados Unidos debido a la vacunación, los casos siguen ocurriendo en otras partes del mundo donde los porcentajes de vacunación son más bajos.

¿Cómo se contrae la rubeola?

La rubeola se transmite de persona en persona por medio del aire. Cuando una persona infectada tose o estornuda, el virus puede entrar en el cuerpo de otra persona por la nariz o la garganta.
Las personas con rubeola pueden transmitir el virus desde unos siete días antes de que aparezca la erupción hasta unos siete días después de que haya aparecido.

¿Cuáles son los síntomas de la rubeola?

Los síntomas de la rubeola suelen ser leves, y hasta la mitad de las personas infectadas pueden no tener ningún síntoma mientras aún pueden transmitir el virus.
Los síntomas pueden incluir:

- Fiebre baja
- Dolor de cabeza
- Conjuntivitis leve (enrojecimiento o hinchazón del ojo)
- Malestar general o cansancio
- Ganglios linfáticos hinchados
- Tos
- Goteo nasal
- Dolor de garganta
- Un sarpullido que normalmente comienza en la cara y se extiende al resto del cuerpo

¿Hay complicaciones por la infección por rubeola?

La rubeola suele ser leve, pero puede haber complicaciones. Hasta el 70 % de las mujeres adultas con rubeola pueden desarrollar artritis. En casos raros, la rubeola puede causar complicaciones graves, como infecciones en el cerebro o problemas de sangrado.
El mayor riesgo de la rubeola se presenta durante el embarazo. Si una persona embarazada se infecta, el virus puede transmitirse al bebé en desarrollo y causar:

- Aborto espontáneo
- Nacimiento sin vida
- Malformaciones congénitas graves

Estos defectos congénitos pueden incluir:

- Defectos del corazón
- Pérdida de la audición
- Problemas de visión
- Discapacidades intelectuales
- Daño en el hígado o el bazo

Esta condición se denomina síndrome de rubeola congénita (CRS).
Las personas embarazadas o que estén pensando quedar embarazadas deben hablar con su proveedor de atención médica sobre la inmunidad contra la rubeola. Un análisis de sangre puede determinar si una persona está protegida por una infección anterior o por la vacuna.

¿Cómo se diagnostica la rubeola?
Un proveedor de atención médica puede sospechar que una persona tiene rubeola basándose en síntomas, exposiciones recientes y la historia de vacunación. Se usan pruebas de laboratorio para confirmar la infección.

¿Cuál es el tratamiento para la rubeola?
No hay una cura específica para la rubeola. El tratamiento se centra en aliviar los síntomas y puede incluir:
- Descanso
- Líquido
- Medicamentos para reducir la fiebre o las molestias

La mayoría de las personas se recuperan por sí solas sin complicaciones.

¿Cómo se puede prevenir la rubeola?
La rubeola es una enfermedad prevenible con una vacuna. La vacunación es la mejor forma de protegerse de la infección por rubeola. La vacuna de la rubeola se administra en combinación con las vacunas del sarampión y las paperas como vacuna MMR (sarampión, paperas y rubeola).

El calendario de rutina incluye:
- Primera dosis a los 12–15 meses de vida
- Segunda dosis entre los 4–6 años

La vacunación también ayuda a proteger a las personas embarazadas y a los bebés en desarrollo del síndrome de rubeola congénita (CRS).

¿Dónde puedo obtener más información sobre la rubeola?
- Proveedores de atención médica
- Departamentos locales de salud: localhealth.nj.gov
- Departamento de Salud de Nueva Jersey: nj.gov/health
- National Foundation for Infectious Diseases (fundación nacional para las enfermedades infecciosas): nfid.org/infectious-disease/rubella/

Esta información tiene fines educativos únicamente y no pretende reemplazar la consulta con un profesional de atención médica.

Abril de 2026