



Departamento de Salud de Nueva Jersey

Programa de Enfermedades Prevenibles con Vacunación

¿EXPUESTO AL SARAMPIÓN?

Fecha: octubre de 2024

Las autoridades de salud pública o los proveedores de atención médica pueden notificar a los residentes de Nueva Jersey que han estado expuestos sin saberlo a un caso de sarampión o sospecha de sarampión. Entendemos que puede tener preguntas o inquietudes. El propósito de este documento es ayudar a explicar qué se considera una exposición y qué debe hacer si le han dicho que ha estado expuesto al sarampión.

Exposición

¿Cómo se contagia la gente del sarampión?

El sarampión se transmite fácilmente de persona a persona. Cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, el virus se libera en el aire y entra al cuerpo de otra persona a través de la nariz, la boca o la garganta. Las personas también pueden enfermarse si entran en contacto con los mocos o la saliva de una persona infectada. El virus del sarampión puede vivir en superficies contaminadas y en el aire hasta dos horas. Si otras personas respiran el aire contaminado o tocan la superficie contaminada y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca, pueden infectarse. El sarampión puede transmitirse desde 4 días antes hasta 4 días después de la aparición de la erupción.

¿Qué significa estar “expuesto” al sarampión?

“Expuesto” significa que usted ha estado en una situación en la que puede contraer el virus de alguien que ya tiene sarampión. Por ejemplo, usted puede estar expuesto al virus del sarampión al estar en la misma habitación, casa, oficina o sala de espera con alguien que tiene sarampión o al estar allí hasta 2 horas después de que la persona con sarampión se haya ido. Las personas que han recibido las vacunas adecuadas tienen menos probabilidades de contraer sarampión. Aproximadamente el 90 por ciento de las personas susceptibles contraerán sarampión si están expuestas a alguien que tiene la enfermedad.

¿Qué es la inmunidad?

La inmunidad significa protección contra la enfermedad. Las personas que hayan podido estar expuestas al sarampión deben demostrar prueba de su inmunidad.

¿Cómo saber si alguien es inmune al sarampión (solo para trabajadores no sanitarios)?

Generalmente, una persona se [considera inmune](#) si:

1. Ha tenido sarampión en el pasado y tiene confirmación de laboratorio para demostrarlo, O
2. Tiene evidencia de laboratorio (un análisis de sangre que muestra si el cuerpo tiene anticuerpos para combatir el virus) de inmunidad, O
3. Tiene documentación escrita de vacunación adecuada con una vacuna que contenga sarampión en el pasado (a menudo administrada como vacuna MMR [sarampión, paperas y rubéola])
 - Una o más dosis de una vacuna que contenga sarampión administrada el día del primer cumpleaños o después para niños en edad preescolar y adultos que no tengan un alto riesgo
 - Dos dosis de la vacuna que contenga sarampión para niños en edad escolar y adultos con alto riesgo, incluidos estudiantes universitarios, personal de atención médica y viajeros internacionales, O
4. Nacieron antes de 1957
 - Es probable que los adultos nacidos antes de 1957 hayan tenido sarampión durante su infancia y, en general (pero no siempre), se considera que no necesitan vacunarse.

¿Por qué se considera inmunes a las personas (no trabajadores sanitarios) nacidas antes de 1957?

Las personas nacidas antes de 1957 vivieron varios años de epidemia de sarampión antes de que se autorizara la primera vacuna contra el sarampión. Como resultado, es muy probable que estas personas hayan tenido la enfermedad del sarampión. Las encuestas sugieren que entre el 95 % y el 98 % de las personas nacidas antes de 1957 son inmunes al sarampión.

¿Es necesario repetir la dosis para las personas que recibieron la vacuna MMR en la década de 1960?

No necesariamente. Las personas que tienen documentación de haber recibido la vacuna viva contra el sarampión en la década de 1960 no necesitan volver a vacunarse. Las personas que fueron vacunadas antes de 1968 con la vacuna inactivada (muerta) contra el sarampión o con la vacuna contra el sarampión de tipo desconocido deben volver a vacunarse con al menos una dosis de la vacuna viva atenuada contra el sarampión. Esta recomendación tiene por objeto proteger a quienes hayan recibido la vacuna muerta contra el sarampión, que estuvo disponible entre 1963 y 1967 y no fue eficaz.

¿Qué debo hacer si no estoy seguro de si soy inmune al sarampión?

Si no está seguro de si es inmune al sarampión, primero debe intentar encontrar su cartilla de vacunación o [documentación](#) de inmunidad al sarampión. Otra opción es que un médico le haga un análisis de sangre para determinar si es inmune, pero es probable que esta opción cueste más y requiera dos visitas al médico.

¿Cómo puedo localizar mis registros de vacunación?

Comuníquese con su proveedor de atención médica para consultar sobre su historial de vacunación anterior. Las escuelas, universidades, empleadores anteriores o el ejército (si estuvo alistado) también pueden tener registros de su historial de vacunación. Si está o estuvo embarazada, es posible que el consultorio de su obstetra también le haya realizado una prueba de sarampión cuando le hicieron la prueba de rubéola. También es posible que esté incluida en el registro de vacunación de su estado. Visite el sitio de los CDC para obtener sugerencias adicionales sobre cómo encontrar sus registros de vacunación:

<https://www.cdc.gov/vaccines-adults/es/recommended-vaccines/como-mantener-su-registro-de-vacunacion-al-dia.html>

¿Qué debo hacer si yo (o mi hijo) he estado en contacto con alguien que tiene sarampión?

- Llame a su proveedor de atención médica lo antes posible para hablar sobre su exposición, de modo que se puedan hacer arreglos especiales para que lo evalúen sin poner en riesgo a otros pacientes ni al personal del consultorio médico. Una persona infectada con sarampión puede ser contagiosa antes de presentar síntomas de la enfermedad. Su proveedor de atención médica es la persona indicada para determinar si usted es inmune al sarampión según su registro de vacunación y cualquier afección médica que pueda tener.
- Si usted o su hijo no están vacunados, se le puede recomendar que se quede en casa (en cuarentena) y lejos del trabajo, la escuela y los lugares públicos durante 21 días para asegurarse de que usted o su hijo no se infecten y transmitan el sarampión a otras personas.
- Si no se ha vacunado, la vacuna contra el sarampión puede ayudar a prevenir la enfermedad si se administra dentro de las primeras 72 horas a la primera exposición. La inmunoglobulina (un producto sanguíneo que contiene anticuerpos contra el virus del sarampión) puede prevenir o reducir la gravedad del sarampión si se administra dentro de los 6 días de la primera exposición.
- Si está vacunado o tiene otra prueba de inmunidad a los alimentos, no necesita estar en cuarentena y puede continuar con sus actividades normales.

Acerca de la vacuna contra el sarampión

¿Qué tan bien funciona la vacuna contra el sarampión?

La vacuna contra el sarampión funciona muy bien. Si 1,000 personas reciben dos dosis de la vacuna contra el sarampión, aproximadamente 997 de ellas estarán protegidas contra el sarampión (inmunes).

Recibir dos dosis de la vacuna es importante porque algunas personas (aproximadamente entre 2-5 de cada 100) no quedan protegidas (inmunes) después de una sola dosis de la vacuna.

¿La vacuna contra el sarampión protege también contra otras enfermedades?

En los EE. UU., la vacuna contra el sarampión casi siempre se administra en combinación con la vacuna contra otros dos virus: paperas y rubéola. Esta vacuna combinada se llama MMR (sarampión, paperas y rubéola) y brinda protección contra los tres virus.

¿Cuáles son los riesgos de la vacuna MMR (sarampión, paperas y rubéola)?

Una vacuna, como cualquier medicamento, puede causar problemas graves, como reacciones alérgicas agudas. El riesgo de que la vacuna MMR cause daños graves o la muerte es extremadamente pequeño. Recibir la vacuna MMR es mucho más seguro que contraer cualquiera de estas tres enfermedades. La mayoría de las personas que reciben la vacuna MMR no tienen ningún problema.

Problemas leves

- Fiebre (hasta en 1 de cada 6 personas)
- Erupción leve (aproximadamente en 1 de cada 20 personas)
- Hinchazón de las glándulas de las mejillas o el cuello (poco frecuente)

Problemas moderados

- Convulsiones (sacudidas o miradas fijas) causadas por fiebre (aproximadamente 1 de cada 3,000 dosis)
- Dolor y rigidez temporales en las articulaciones, principalmente en mujeres adolescentes o adultas (hasta 1 de cada 4)
- Recuento temporalmente bajo de plaquetas, que puede causar un trastorno hemorrágico. (1 de cada 30,000 dosis)

Problemas graves (muy raros)

- Reacción alérgica grave (menos de 1 de cada millón de dosis)

¿Qué es la inmunoglobulina (IG) y quién la necesita?

La IG es una forma médica de evitar que el sarampión se agrave en algunas personas después de haber estado expuestas al virus. Se administrará a algunos lactantes menores de 12 meses de edad, mujeres embarazadas, personas con sistemas inmunitarios debilitados y otras personas que por razones médicas no puedan vacunarse. Hable con su médico sobre los riesgos y beneficios de recibir inmunoglobulina.

Sobre la cuarentena

¿Qué es la cuarentena?

La cuarentena es para las personas no inmunes que han estado en contacto con alguien con sarampión. Es una medida importante para detener la propagación del sarampión en la comunidad, especialmente entre las personas de alto riesgo.

La cuarentena significa quedarse en casa y lejos de la guardería/escuela/trabajo, las actividades grupales y sociales, los eventos deportivos y recreativos y los lugares públicos como cines y centros comerciales.

¿Quién necesita estar en cuarentena?

Personas que no son inmunes y que han estado expuestas a alguien con sarampión, y están en el período en el que aún podrían enfermarse a causa de él.

¿Por qué el periodo de cuarentena para el sarampión es de 21 días?

Aunque el período de incubación (tiempo entre la exposición al virus del sarampión y la aparición de los primeros síntomas) suele ser de 10-14 días, a veces puede llevar más tiempo desde el momento en que alguien se expone al sarampión hasta el momento en que se enferma a causa de él. Comenzamos la cuarentena desde el día 5 desde la primera exposición y continuamos hasta 21 días desde la última exposición. La cuarentena solo debe realizarse en consulta con las autoridades de salud pública, quienes podrán ayudarlo a determinar las fechas apropiadas para la cuarentena.

Si me vacuno ahora, ¿la cuarentena será más corta?

Si pudo recibir la vacuna en las 72 horas siguientes a la primera exposición a alguien con sarampión, es posible que no necesite estar en cuarentena. Sin embargo, si recibe la vacuna después de 72 horas, deberá permanecer en cuarentena durante 21 días.

¿Deben vacunarse los miembros del hogar de una persona en cuarentena?

Véase más arriba: “¿Cómo saber si alguien es inmune al sarampión?”. Los miembros del hogar inmunes al sarampión no necesitan vacunarse. Los miembros del hogar que no sean inmunes, o que no estén seguros de serlo, deberían considerar la posibilidad de vacunarse.

¿Puede entrar alguien en la casa donde una persona está en cuarentena?

No. Se desaconseja encarecidamente entrar en el hogar donde una persona está en cuarentena. Sin embargo, en los casos que requieran cuidadores, como un niño o un anciano, se permitirá a algunas personas entrar en el hogar.

Los funcionarios de Salud Pública deberán examinar la documentación de nacimiento antes de 1957, dos dosis válidas de la vacuna contra el sarampión o un análisis de sangre que demuestre inmunidad al sarampión para las personas que deseen ingresar al hogar en cuarentena. No se permitirá la entrada a otras personas.

Si he estado expuesto al sarampión, ¿puedo contagiar a otras personas de mi hogar mientras estoy en cuarentena?

Si no contrae el sarampión, no puede contagiar a otras personas. Sin embargo, como aún se encuentra en el periodo en el que podría enfermarse, es posible que no sepa que es infeccioso. Puede contagiar la enfermedad hasta 4 días antes de que aparezca la erupción. Por lo tanto, es mejor limitar el contacto con las personas de su hogar y éstas deben revisar su estado inmunitario. Véase más arriba: “¿Cómo saber si alguien es inmune al sarampión?”.

¿Puede transmitirse el virus del sarampión a través de la ropa?

No, el sarampión no se transmite a través de la ropa.

Cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, el virus se libera en el aire y entra en el cuerpo de otra persona a través de la nariz, la boca o la garganta. Las personas también pueden enfermarse si entran en contacto directo con la mucosidad o la saliva de una persona infectada. Además, el virus del sarampión puede vivir hasta dos horas en una superficie o en un espacio de aire donde la persona infectada tosió o estornudó. Si otras personas respiran el aire contaminado o tocan la superficie infectada y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca, pueden infectarse. Una persona no infectada por el virus del sarampión no puede transmitir el virus a otras personas ni llevarse a casa a sus familiares y amigos.

¿Y el lavado de manos? ¿Llevar mascarilla?

Es importante que las personas se laven las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de toser, estornudar, sonarse la nariz, ir al baño o tener contacto con materiales húmedos como pañuelos de papel, pañales y mascarillas usadas. También puede utilizarse un desinfectante de manos a base de alcohol al 60 % como mínimo en lugar de agua y jabón si las manos no están visiblemente sucias.

Si en la casa de la persona en cuarentena viven otras personas que no son inmunes al sarampión, la probabilidad de que enfermen de sarampión puede reducirse si la persona en cuarentena permanece dentro de su habitación/zona designada, evita el contacto con otras personas y lleva mascarilla cuando esté en las salas comunes.

¿La persona en cuarentena debe llevar mascarilla al salir de casa?

La persona en cuarentena **no** debe salir de casa, salvo para recibir atención médica de urgencia. En este caso, sí, la persona en cuarentena debe llevar mascarilla. Si la persona en cuarentena no va a poder llevar la mascarilla en todo momento porque es un bebé o un niño, esto debe discutirse con el centro médico **antes** de su llegada.

¿Pueden las mascotas infectarse o contagiar el sarampión?

No, las mascotas no se infectan ni propagan el virus del sarampión.

¿Qué debo hacer si me enfermo?

Si se enferma con síntomas parecidos a los del sarampión, como fiebre, erupción cutánea, secreción nasal, tos, pérdida de apetito y “conjuntivitis”, busque atención médica, pero recuerde **llamar** a su proveedor de atención médica **antes** de acudir a la consulta e informarle de que ha estado expuesto a alguien con sarampión o de que tiene síntomas de sarampión, para que se puedan tomar medidas especiales para evitar la exposición a otros pacientes y al personal de la consulta médica. No debe ir al trabajo ni a la escuela si está enfermo.

Recursos

Departamento de Salud de Nueva Jersey

<https://www.nj.gov/health/measles>

<https://www.nj.gov/health/vacunas/>

<https://www.nj.gov/health/vacunas/mmr/>

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

<http://www.cdc.gov/measles/>

Directorio de Departamentos Locales de Salud de Nueva Jersey

<https://www.nj.gov/health/lh/community/>