SARAMPIÓN

LO QUÉ PUEDE HACER PARA PREPARARSE

Acerca del sarampión

El sarampión es un virus muy contagioso que se propaga fácilmente cuando alguien tose o estornuda. Puedes ayudar a detenerlo recibiendo dos vacunas llamadas vacuna triple vírica (MMR por sus siglas en inglés).

Si alguien contrae el sarampión, por lo general se siente enfermo entre **8 y 12 días después de haber estado en contacto con una persona enferma**. A veces, puede tardar hasta **21 días**. Por lo general, el sarampión comienza con **fiebre (a menudo de 101 °F o más)** y **tos, secreción nasal (moqueo) y ojos rojos**. Unos días más tarde, la fiebre puede aumentar (hasta 104-105 °F) y aparece un sarpullido rojo con manchas. El sarpullido suele **comenzar en la cabeza** y se extiende al tronco y luego a los brazos y las piernas.

¡Lo que puede hacer para estar preparado!

- **Tenga en cuenta la actividad del sarampión en su comunidad:** Visite la página web del sarampión (measles.doh.nm.gov) para obtener actualizaciones.
- **Revise su estado de inmunidad**:
  - **Bebés de 6 a 11 meses**: Si hay un brote de sarampión en su área, deben recibir 1 vacuna MMR. Esta vacuna no cuenta para las dos vacunas normales. Aún necesitarán dos vacunas más: una entre los 12 y los 15 meses y otra entre los 4 y los 6 años.
  - **Niños**: Necesitan 2 vacunas MMR: la primera entre los 12 y los 15 meses y la segunda entre los 4 y los 6 años. Si no han recibido ambas, deben vacunarse con al menos 28 días de diferencia entre la primera y la segunda dosis.
  - **Adultos (mayores de 18 años):** Deben tener al menos 1 vacuna MMR. Para una protección completa, es mejor recibir dos (2) vacunas.
  - **Nacidos antes de 1957**: Por lo general, están protegidos porque es previsible que hayan tenido sarampión cuando eran niños.
  - **Evidencia de laboratorio de sarampión**: Las personas que han tenido sarampión anteriormente tienen inmunidad de por vida contra esta enfermedad.
- **Verifique los registros de vacunas** a través de su proveedor o del Portal Público de Solicitud de Información sobre Registros de Vacunación del NMDOH. **¿Necesita ayuda? Llame al 1-833-882-6454.**

Preste atención a los síntomas

Este atento a la **fiebre (101 °F o más), tos, secreción nasal (moqueo) u ojos rojos, con sarpullido**. Llame a su proveedor de atención médica si presenta estos síntomas.

Informes y preguntas

Si tiene la preocupación de que usted o un ser querido pueda tener sarampión, o si tiene preguntas sobre salud pública, llame al **NMDOH al 1-833-SWNURSE (1-833-796-8773) las 24 horas del día, los 7 días de la semana.**

NMHealth