

SARAMPIÓN

ALERTA

Averigüe si debería vacunarse

El sarampión es una enfermedad causada por un virus. Se propaga fácilmente al toser y estornudar. También puede contagiarse al compartir artículos como bebidas, tenedores y cucharas que ha usado alguien que tiene sarampión. El virus del sarampión puede mantenerse vivo hasta dos horas en el aire, por eso es posible contraerlo aun cuando la persona enferma no esté en el cuarto. Por lo general, las personas que tienen sarampión se recuperan en una semana o dos, pero algunas tienen complicaciones serias.

¿Cuáles son los síntomas del sarampión?

- Tos
- Fiebre
- Moqueo nasal
- Ojos rojos, acuosos
- Salpullido que empieza en la cara y se extiende hacia abajo

Estos síntomas comienzan aproximadamente 8 a 12 días después de estar cerca de alguien que tuvo sarampión.

¿Cómo puedo protegerme del sarampión?

Muchas personas corren riesgo de contraer sarampión. La mejor manera de protegerse es recibir la vacuna contra el sarampión (SPR en español, MMR en inglés). Se la llama SPR porque protege contra tres enfermedades: sarampión, paperas y rubéola. Hay que recibir dos vacunas para estar protegido por el resto de la vida. Los niños generalmente reciben la primera vacuna justo después de su primer cumpleaños y la segunda, a los cuatro años.

Si cree que necesita una vacuna contra el sarampión —o si no está seguro de haberla recibido—, por favor llame a su médico. **Si no tiene un proveedor de cuidados de salud, por favor llame a una enfermera de salud pública de Cambridge al 617-665-3826.**

¿Qué más puedo hacer para mantenerme saludable?

Además de recibir las vacunas contra el sarampión, usted puede ayudar a protegerse a sí mismo y a proteger a los demás de las siguientes maneras:

- Lávese las manos con frecuencia
- Cúbrase la boca al toser o estornudar
- Quédese en su casa cuando está enfermo

¿Qué debería hacer si pienso que tengo sarampión?

Quédese en su casa y trate de mantenerse apartado de los demás. Llame a su proveedor de cuidados de salud o a su centro médico para averiguar que más puede hacer.

Más información en www.cambridgepublichealth.org o llamando a la línea directa del sarampión: 617-665-3870.

CAMBRIDGE PUBLIC HEALTH DEPARTMENT



Cambridge Health Alliance