

---

## Rubeola. ¿Es realmente una enfermedad banal?

La rubeola es una infección viral aguda y contagiosa. En algunos países se la conoce como 'sarampión alemán'.

Suele causar síntomas leves en niños.

Si se infecta una mujer gestante puede dañar mucho al feto, causando su muerte o graves malformaciones. Es lo que se llama síndrome de rubeola congénita.

Los humanos son el único huésped conocido. Por eso, podemos hacerla desaparecer con una vacuna. Esto ya se ha hecho en América.

### **Algunos datos**

Cada año nacen en el mundo unos 100.000 niños con síndrome de rubeola congénita.

La rubeola es una enfermedad erradicada de América gracias a la vacuna. Pero, aún hay rubeola en Europa. Si viajamos a países donde hay brotes o recibimos viajeros de ellos, podemos exponernos al contagio.

El país europeo con más casos de rubeola congénita es Polonia. También hay casos en Italia, Alemania, Austria o Portugal.

No se dispone de un tratamiento para la rubeola. Por eso es tan importante prevenirla con la vacuna.

### **¿Qué síntomas tiene?**

La mitad de las personas que se infectan de rubeola no tienen síntomas. Pero pueden transmitirla.

Los síntomas surgen 2 a 3 semanas tras el contagio.

En niños, puede aparecer una erupción en la piel ([exantema](#)), [fiebre](#) poco intensa (<39 °C), náuseas y conjuntivitis leve. A veces no hay erupción. Si la hay suele comenzar por la cara y el cuello. Y seguir hacia los pies; y dura de 1 a 3 días. También suelen inflamarse los [ganglios de la parte posterior de las orejas y el cuello](#).

Los adultos que se infectan son más a menudo mujeres. Pueden tener, además, artritis y dolores articulares y de cabeza, que duran de 3 a 10 días.

### **¿Cómo se contagia?**

El virus de la rubeola se transmite por gotitas que expulsan las personas infectadas cuando estornudan o tosen.

Estas mismas gotitas pueden caer en las manos (si las usamos para taparnos la boca para toser) y transmitir la enfermedad por contacto si no las lavamos bien.

El periodo más contagioso suele ser de 1 a 5 días después de la aparición de la erupción.

La enfermedad se puede contagiar a otros, desde unos 7 días antes de aparecer la erupción hasta 7 días después, así que se puede transmitir sin saber que se está infectado.

### **¿Que puede ocurrir si estoy embarazada y me contagian la enfermedad?**

Si se infecta una mujer embarazada al principio del embarazo, el virus pasa por la placenta al feto en un 90% de las veces. El virus en el feto puede provocar un aborto, que el bebé nazca muerto o que tenga defectos graves (síndrome de rubeola congénita). Además, los bebés que nacen así pueden eliminar el virus durante un año o más. Y pueden contagiarlo a otras personas.

Las mujeres que buscan un embarazo y no han pasado la rubeola o no han sido vacunadas antes, deben vacunarse con la vacuna triple vírica. Y deben evitar el embarazo durante los 28 días siguientes a la vacuna (ya que se trata de una vacuna que contiene [virus vivos atenuados](#)).

### **¿Qué problemas tienen los niños que nacen con síndrome de rubeola congénita?**

La mitad o más de los niños contagiados en el embarazo nacen con sordera, defectos en los ojos (cataratas) y [en el corazón](#). También pueden tener retraso mental, del crecimiento, [autismo](#), [diabetes mellitus](#) o problemas del [tiroides](#).

### **¿Qué podemos hacer para tratar la rubeola?**

No existe tratamiento para eliminar la infección. Podemos [aliviar la fiebre](#) o el dolor con analgésicos y reposo. Los antibióticos no sirven contra éste ni ningún otro virus.

### **¿Se puede prevenir?**

Las personas que padecen rubeola deben evitar el contacto cercano con otras personas, Sobre todo con embarazadas, Y por lo menos hasta 7 días después del inicio de los síntomas.

Los enfermos deben [taparse la boca con el codo al toser](#) o estornudar. Deben [lavarse las manos](#) a menudo. También las personas que los cuidan.

La mejor medida de prevención es la vacuna. La vacuna triple vírica está incluida en los [calendarios de vacunación de todas las comunidades autónomas](#). Protege contra rubeola, [sarampión](#) y paperas. Se pone en [dos dosis](#): la primera a los 12 meses y la segunda entre los 3 y 4 años.

### **Para saber más...**

- [Rubéola](#). En MedlinePlus. Biblioteca Nacional de Medicina de los EE. UU.
- [Rubéola](#). En KidsHealth para Padres. The Nemours Foundation
- [Sarampión alemán \(Rubéola\)](#). En Healthychildren, web de la Academia Americana de Pediatría.

- [Vacuna de la rubeola](#). Web Enfamilia, de la Asociación Española de Pediatría.
- 

**Fecha de publicación:** 19-07-2018

**Autor/es:**

- [Rafael Jiménez Alés](#). Pediatra. Consultorio de La Roda de Andalucía (Sevilla)
- [Pablo Obando Pacheco](#). Pediatra. Centro de Salud de El Palo. El Palo (Málaga)
- [Grupo de Patología Infecciosa](#). AEPap.

