

# Cómo prevenir el sarampión antes y después de viajar

El sarampión puede ser peligroso, especialmente para los bebés y los niños pequeños. El sarampión grave puede llevar a la hospitalización e incluso causar la muerte. El sarampión todavía es común en muchas partes del mundo. Cualquier persona que no esté completamente vacunada contra el sarampión y haga un viaje internacional está en riesgo.

**La única manera de protegerse contra esta enfermedad es poniéndose la vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola (MMR, por sus siglas en inglés).**

## QUÉ HACER ANTES DE UN VIAJE INTERNACIONAL

1. **Hable con su médico, el personal de enfermería o el centro médico** para asegurarse de que todos estén protegidos contra el sarampión.
2. **Póngase la vacuna al menos 2 semanas** antes de partir.
  - Los bebés de 6 a 11 meses de edad deberían recibir una dosis de la vacuna MMR.
  - Todas las personas de 12 meses o mayores (incluso los adultos) deberían recibir 2 dosis en total antes de viajar.
    - Si no se ha vacunado antes, póngase la 1.<sup>a</sup> dosis de inmediato. Puede recibir la 2.<sup>a</sup> dosis 28 días después.
    - Si ha recibido 1 dosis antes, póngase una 2.<sup>a</sup> dosis antes de viajar.
3. Si faltan menos de 2 semanas para su viaje, aún puede ponerse 1 dosis de la vacuna MMR.

## QUÉ HACER DESPUÉS DE UN VIAJE INTERNACIONAL

1. **Esté atento por si aparecen síntomas de sarampión por 3 semanas** después de regresar. El sarampión es **muy contagioso** y puede propagarse a los demás rápidamente.
2. **Llame al médico o al centro médico DE INMEDIATO si:**
  - a. Cree que usted o su hijo o hija han estado expuestos al sarampión.
  - b. Usted o su hijo o hija se enferman y presentan sarpullido y fiebre. Dígale a su médico a dónde viajó y si su hijo o hija recibió la vacuna MMR.
3. **Evite el contacto con otras personas si está enfermo.** Las personas pueden propagar el sarampión desde 4 días antes hasta 4 días después de que aparezca el sarpullido.

## INFÓRMESE MÁS

<https://www.cdc.gov/measles/travel/index.html>