



## Usted puede prevenir el contagio del sarampión en el campamento de verano

El sarampión es una enfermedad muy contagiosa y se puede propagar fácilmente en un campamento. Cuando una persona con sarampión tose o estornuda, el virus se esparce en el aire y puede permanecer en él hasta por dos horas. Toda persona que no esté inmunizada contra el sarampión puede contagiarse si está cerca de esa zona. Quienes estén con sarampión pueden estar tan enfermos que no podrán quedarse en el campamento.

### Protéjase usted, a su familia y a la comunidad siguiendo estos 5 pasos:

#### 1. Averigüe si usted y su familia están inmunizados.

Se le considera inmunizado si usted:

- nació antes del año 1957;
- tiene una constancia escrita de que recibió 1 o 2 dosis de la vacuna contra el sarampión (según la edad); o
- se hizo análisis de laboratorio y los resultados demuestran que está inmunizado.

Si no tiene la certeza de estar inmunizado contra el sarampión, hable con su proveedor de atención médica antes de ir al campamento.

#### 2. Si no está inmunizado, vacúnese.

Dos dosis de la vacuna contra el sarampión, las paperas, la rubéola (MMR) le proporcionarán la mejor protección contra el sarampión. Antes de ir al campamento, asegúrese de que todos los miembros de su familia están debidamente vacunados o inmunizados.

#### 3. Conozca los signos y los síntomas del sarampión.

Los síntomas aparecen entre 7 y 14 días después de haber estado expuesto al virus. Sin embargo, pueden tardar hasta 21 días, primero con fiebre alta, tos, goteo nasal, y ojos rojos y llorosos. El sarpullido suele aparecer entre 2 y 4 días después de la aparición de la fiebre y se extiende desde la cara y el cuello hasta el tronco, los brazos y las piernas. Cualquier niño que no se sienta bien en el campamento debe hacérselo saber a un médico o al director del campamento para poder recibir atención médica inmediata y para proteger a los demás campistas.

#### 4. Quédese en casa si está enfermo.

Debido a que el sarampión se propaga rápidamente y es contagioso incluso antes de que aparezca el sarpullido, quédese en casa ante el primer signo de fiebre o de tos. No vaya al campamento. Es importante prevenir el contagio del sarampión a otras personas.

#### 5. Llame antes de ir a pedir atención médica.

Si cree que alguien tiene sarampión, llame antes de ir a pedir atención médica. De esta manera, el consultorio, la clínica o la sala de emergencias puede tomar medidas para evitar que otras personas estén expuestas al virus del sarampión.



*Llame a su médico o al departamento de salud local si necesita vacunarse o si quiere obtener más información sobre cómo prevenir el sarampión.*

*Hay más información disponible en*

**[health.ny.gov/measles](http://health.ny.gov/measles)**



**Department  
of Health**