[Spanish translation of the [measles warn and informed letter for settings](https://www.gov.uk/government/publications/national-measles-guidelines) – edit highlighted text and remove highlighting before use]

00 month 20XX

Estimado/a [Name of recipient],

**Re: Información sobre sarampión**

Es posible que su hijo/hija haya estado en contacto con una persona con sarampión en (NAME OF PLACE). Esto significa que, si Ud. o su hijo/hija no están completamente vacunados contra el sarampión, con las dos dosis de la vacuna para el sarampión, la parotiditis y la rubeola (vacuna triple vírica) (MMR), ambos pueden estar en riesgo de desarrollar la enfermedad. La presente comunicación contiene información sobre lo que debe hacer para proteger su salud y la de las personas que le rodean.

El sarampión es una infección que se propaga muy fácilmente. Puede ocurrir de forma repentina, y las personas comienzan a sentirse indispuestas rápidamente. Al final de esta carta encontrará más información sobre el sarampión; rogamos la lea para saber más sobre los síntomas del sarampión, sobre cómo se contagia y sobre la vacunación. También puede encontrar más información disponible sobre el sarampión en [www.nhs.uk/conditions/measles](http://www.nhs.uk/conditions/measles).

**Cuando hablar con su médico de atención primaria (GP)**

Algunas personas tendrán que consultar con el médico lo antes posible:

**Personas inmunodeprimidas**

Si su sistema inmune está debilitado, debe contactar con su médico de atención primaria e informarle de que ha podido haber estado en contacto con una persona con sarampión. Es posible que su médico quiera hacerle una prueba para determinar si está protegido frente al sarampión, o que le prescriba un tratamiento para reducir su riesgo de encontrarse mal.

**Mujeres embarazadas**

Si está embarazada y cree que se ha podido saltar una dosis de la vacuna triple vírica, o si no está segura de haber recibido la vacuna, contacte con su médico o matrona e infórmeles de que es posible que haya estado en contacto con una persona con sarampión.

**Menores de menos de 12 años**

Si su hijo/hija tiene menos de 12 años de edad y asistió a (NAME OF PLACE) al mismo tiempo que una persona con sarampión, rogamos contacte con su médico de atención primaria para pedir asesoramiento.

**Personas que se sientan indispuestas**

Si Ud. o su hijo/hija tienen fiebre alta y tos, secreción nasal, ojos irritados y enrojecidos o sarpullidos dentro de las 3 semanas siguientes a haber estado en (NAME OF PLACE) al mismo tiempo que una persona con sarampión, debe ponerse en contacto con su médico de atención primaria o con el Servicio Nacional de Salud (NHS) en el 111. Trate de llamar al médico o al NHS en el 111 antes de acudir personalmente, para evitar la propagación del sarampión a otras personas.

Informe a su médico de que Ud. o su hijo/hija han recibido esta comunicación, y que es posible que hayan estado en contacto con una persona con sarampión. En ocasiones resulta difícil saber si se debe o no buscar ayuda cuando un menor se siente enfermo. Si le preocupa su hijo/hija, especialmente si tiene menos de 2 años, debe buscar asesoramiento médico.

**Personas que no hayan recibido las 2 dosis de la vacuna Triple Vírica**

Si no está seguro de si Ud. o su hijo/hija han recibido las 2 dosis de la vacuna triple vírica, que le protegerá contra el sarampión, contacte con su médico de atención primaria para gestionar su vacunación. Si se ha saltado una dosis, aún puede vacunarse, cualquiera que sea su edad. Para más información sobre la vacuna triple vírica, consulte la hoja informativa.

**Cuándo puede volver a sus actividades diarias si tiene sarampión**

Las personas con sarampión pueden propagar la infección durante los 4 días anteriores a la aparición del sarpullido. Una vez brota la erupción, siguen pudiendo contagiar la enfermedad durante otros 4 días.

La persona que crea tener sarampión deberá mantenerse alejada de su guardería o centro educativo o de trabajo durante al menos los 4 días siguientes a la aparición del primer sarpullido. Debe evitarse el contacto estrecho con menores de menos de 12 meses de edad, mujeres embarazadas y personas inmunodeprimidas.

Atentamente,

Author’s name

Position or title

**Hoja informativa sobre el sarampión**

**Qué es el sarampión**

La infección por sarampión está causada por un virus, y se transmite entre personas muy fácilmente. Una vez se desarrollan los síntomas, las personas empiezan a sentirse indispuestas rápidamente. Puede contraerse el sarampión a cualquier edad, aunque quienes se contagian con más frecuencia son los menores jóvenes.

**Cómo se propaga el sarampión**

Puede contraer el sarampión por contacto estrecho con una persona que tenga la infección. Puede contagiarse a través del aire, cuando las personas con la enfermedad estornudan o tosen, o al tocar cosas sobre las que haya tosido o estornudado alguna persona con sarampión. El sarampión se propaga muy fácilmente, tanto en el hogar como en otros lugares donde las personas interactúan de cerca.

Puede estar protegido frente al sarampión si tiene las 2 dosis de la vacuna contra el sarampión, la parotiditis y la rubeola (triple vírica) (MMR), o si ha tenido antes la enfermedad.

Una persona con sarampión puede contagiar la infección durante los 4 días anteriores a la aparición del sarpullido y hasta los 4 días posteriores al desarrollo de la erupción.

**Síntomas del sarampión**

En general, los síntomas comienzan entre 10 y 12 días después de haberse infectado. Algunas veces los síntomas pueden tardar hasta 21 días en aparecer.

A menudo el sarampión comienza con síntomas similares a los de un resfriado. Los primeros síntomas del sarampión incluyen:

* fiebre alta
* secreción o congestión nasal
* estornudos
* tos
* ojos enrojecidos, irritados y llorosos

Unos días después, es posible que aparezcan pequeñas manchas de color blanco en el interior de las mejillas y en la parte posterior de los labios. Habitualmente estas manchas duran algunos días.

La erupción suele aparecer entre 2 y 4 días después de los síntomas similares al resfriado. El sarpullido aparece inicialmente en el rostro y detrás de las orejas, para después propagarse al resto del cuerpo.

Las manchas del sarpullido del sarampión a veces crecen y se juntan formando zonas enrojecidas. En general, no pica.

El sarpullido tiene una apariencia rojiza o de color marrón en pieles blancas. En pieles morenas u oscuras, puede ser más difícil de distinguir.

**Cómo es de grave el sarampión**

Aproximadamente 1 de cada 15 personas con sarampión puede enfermar gravemente. Los menores más jóvenes, las mujeres embarazadas y las personas inmunodeprimidas son las más propensas a enfermar de forma más grave.

Entre las complicaciones del sarampión más graves se incluyen:

* infección de oído
* infección pulmonar (neumonía)
* diarrea
* deshidratación
* convulsiones (menos frecuentes)

La infección por sarampión durante el embarazo puede provocar la pérdida del bebé o un parto prematuro.

**Prevenir el sarampión**

La mejor manera de prevenir el sarampión es vacunarse con la triple vírica.

En general, la vacuna se administra a los menores en dos dosis: la primera dosis a los 12 meses de edad, y la segunda cuando cumplen 3 años y 4 meses.

Si se ha determinado que su hijo/hija ha estado en contacto estrecho con una persona con sarampión, es posible que su médico le recomiende la vacuna triple vírica antes de lo previsto en este calendario de dosis. Cuando se administra una dosis a un menor de menos de 12 meses de edad, el menor seguirá teniendo que recibir las dos dosis de la vacuna triple vírica en los tiempos habituales (con un mínimo de 1 mes entre dosis).

Si una persona se ha saltado una dosis, o si no está segura de haber recibido la vacuna, ésta puede administrarse a cualquier edad. Progenitores y tutores pueden revisar el libro rojo de su hijo/hija para comprobar los registros de sus vacunas.

La vacuna no debe administrarse en mujeres embarazadas o personas inmunodeprimidas. Si alguna de ellas cree haber estado en contacto con otra persona con sarampión, deberá hablar con su médico de atención primaria o matrona para buscar asesoramiento.

Para más información sobre la vacuna triple vírica, visite:

<http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/mmr-vaccine>

O escanee el código QR:

****

**Manténgase lejos de otras personas si se encuentra indispuesto por sarampión**

Una persona con sarampión puede contagiar la enfermedad durante los 4 días previos a la aparición del sarpullido. Una vez aparece la erupción, puede seguir propagando la infección durante otros 4 días.

Si un profesional sanitario le ha dicho que es posible que tenga sarampión, deberá mantenerse alejado de la guardería o del centro educativo o de trabajo durante al menos 4 días desde la aparición de la primera erupción. Podrá volver a sus actividades normales después de 4 días, si se siente bien y ha dejado de tener fiebre.

**Tratamiento de las personas con sarampión**

En general, el sarampión empieza a mejorar en aproximadamente una semana.

Descansar y beber muchos líquidos (como agua) ayuda para evitar la deshidratación.

A veces el sarampión puede provocar otras enfermedades, para cuyo tratamiento es posible que se prescriban antibióticos.

Si un profesional sanitario le ha dicho que puede tener sarampión y cree que Ud. o su hijo pueden estar desarrollando problemas de salud más graves, debe contactar con su médico de atención primaria.

**Más información sobre el sarampión disponible en:**

<http://www.nhs.uk/conditions/measles>

O escanee el código QR:

