



FITXA INFORMATIVA: RECOMANACIONS DESPRÉS D'UN CONTACTE PROPER AMB EL XARAMPIÓ

Per a la població general

Benvolgut ciutadà / Benvolguda ciutadana,

Durant el rastreig de contactes d'un cas confirmat de xarampió, se us ha identificat com un contacte proper.

Per garantir la vostra salut i prevenir la propagació de la malaltia a la comunitat, us oferim les següents orientacions sobre com actuar.

1. Valoració de la immunitat i vacunació urgent

M'he de vacunar?

- Si vau néixer a Espanya abans del 1978, generalment se us considera immunoprotegit. En aquell moment, el virus circulava molt i la majoria de la població passava la malaltia de manera natural i en quedava immunitzada. No us heu de vacunar, llevat que estigui indicat mèdicament.
- Si vau néixer el 1978 o més tard (o si vau néixer a l'estranger): us heu de vacunar si no teniu acreditades dues dosis de la vacuna triple vírica o una anàlisi de sang positiva.

Com i quan vacunar-se

- Idealment, dins les primeres 72 hores: ajuda a evitar la malaltia o a reduir-ne els símptomes.
- Si han passat més de tres dies: vacunau-vos igualment per protegir-vos en el futur.
- Dosis: si no en teniu cap, en rebreu dues (amb un mes de diferència). Si ja heu rebut una dosi, us administraran la segona.
- Cita: telefonau a InfoSalut Connecta (971 22 00 00) i indicau que sou un contacte de xarampió.
- Les dones embarassades, els nadons menors de sis mesos i les persones amb defenses molt baixes (immunodeprimides) no s'han de vacunar.

2. Mesures d'aïllament i monitoratge dels símptomes

- Si no teniu símptomes: no heu de menester aïllament ni quarantena, però sí que es requereix un control estricte del vostre estat de salut.



- Es recomana prendre les mesures higièniques habituals i evitar, en la mesura possible, el contacte directe amb persones vulnerables (dones embarassades, nadons menors de sis mesos i persones immunodeprimides).

3. Autocontrol dels símptomes durant 23 dies

Controlau l'aparició dels símptomes durant un període de 23 dies després de la data del darrer contacte.

Símptomes que cal vigilar: febre alta (per damunt 38 °C), tos, moc nasal, ulls vermells (conjuntivitis), malestar general o aparició de granellada o erupcions a la pell.

Què fer si apareixen símptomes

1. Aïllau-vos immediatament a casa, a una habitació individual ben ventilada.
2. Portau una mascareta quirúrgica de manera permanent.
3. Telefonau a InfoSalut Connecta (971 22 00 00) o al 061 i informau que sou un contacte amb xarampió i símptomes, perquè els serveis de salut puguin coordinar la vostra atenció de manera segura i aïllada, i així evitar contagis a altres pacients a les sales d'espera.

Servei de Prevenció de la Malaltia
Servei de Vigilància de la Salut Pública

Agost de 2026