



HOJA INFORMATIVA: RECOMENDACIONES TRAS EL CONTACTO ESTRECHO CON SARAMPIÓN

Para población general

Estimado/a ciudadano/a:

Durante el estudio de contactos de un caso confirmado de sarampión, se le ha identificado como contacto estrecho.

Para garantizar su salud y evitar la propagación de la enfermedad en la comunidad, le facilitamos las siguientes indicaciones sobre cómo actuar.

1. Valoración de inmunidad y vacunación urgente

¿Tengo que vacunarme?

- Si nació en España antes de 1978, de forma general se considera que usted es una persona inmunoprotegida. En esa época, el virus circulaba mucho y la mayoría de la población pasó la enfermedad de forma natural, quedando inmunizada. No necesita vacunarse salvo indicación médica.
- Si nació en 1978 o después (o si nació en el extranjero): necesita vacunarse si no tiene acreditadas dos dosis de la vacuna triple vírica o un análisis de sangre positivo.

Cómo y cuándo vacunarse

- Idealmente, en las primeras 72 horas: ayuda a evitar la enfermedad o a reducir sus síntomas.
- Si han pasado más de tres días: vacúnese igualmente para quedar protegido en el futuro.
- Dosis: si no tiene ninguna, recibirá dos dosis (separadas por un mes). Si ya tenía una dosis, le administrarán la segunda.
- Cita: llame a InfoSalut Connecta (971 22 00 00) e indique que es un contacto de sarampión.
- No deben vacunarse: embarazadas, bebés menores de seis meses y personas con defensas muy bajas (inmunodeprimidas).

2. Medidas de aislamiento y seguimiento de síntomas

- Si no tiene síntomas: no necesita aislamiento ni hacer cuarentena, pero sí una estricta autovigilancia de su estado de salud.
- Se recomienda extremar las medidas higiénicas habituales y evitar, en la medida de lo posible, el contacto directo con personas vulnerables



(embarazadas, lactantes menores de seis meses y personas inmunodeprimidas).

3. Autovigilancia de síntomas durante 23 días

Controle la aparición de síntomas durante un periodo de 23 días posteriores a la fecha del último contacto.

Síntomas que hay que vigilar: fiebre alta (superior a 38 °C), tos, mucosidad nasal, ojos rojos (conjuntivitis), malestar general o aparición de sarpullido o erupción en la piel.

Qué hacer si aparecen síntomas

1. Aíslese inmediatamente en su domicilio, en una habitación individual bien ventilada.
2. Póngase una mascarilla quirúrgica de forma permanente.
3. Llame a InfoSalut Connecta (971 22 00 00) o al 061 e informe que es un contacto de sarampión con síntomas, para que los servicios sanitarios coordinen su atención de manera segura y aislada, evitando el contagio a otros pacientes en las salas de espera.

Servicio de Prevención de la Enfermedad
Servicio de Vigilancia de Salud Pública

Agosto de 2026