

Salmonela

Hoja de datos de la enfermedad

¿Qué es la salmonela?

La salmonela es una bacteria que puede causar enfermedad intestinal en la gente y los animales. Existen más de 2,000 subtipos conocidos de la bacteria salmonela

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas típicos son diarrea, fiebre, calambres abdominales, dolor de cabeza, pérdida de apetito, náuseas y a veces vómitos. Puede ocurrir deshidratación, especialmente entre niños y bebés. Los síntomas usualmente duran entre 3 y 10 días. Algunas personas y la mayoría de los animales podrían no presentar síntomas.

¿Cuán pronto aparecen los síntomas?

El periodo de incubación puede fluctuar entre 6 y 72 horas, con un promedio entre 12 y 36 horas.

¿Cómo se infecta?

La salmonela se transmite por vía fecal-->oral. La bacteria se vierte en las heces (deposiciones) de las personas y animales infectados de salmonela. Usted se infecta de salmonela al consumir alimentos o bebidas que han sido contaminados con heces provenientes de personas o animales infectados.

También puede infectarse si contamina sus propias manos al limpiar excrementos de animales, o al manipular carnes y pollo crudos, y luego come con las manos o se mete las manos en la boca. Las bacterias se pueden propagar fácilmente dentro de una familia y entre niños pequeños. Una vez que la comida ha sido contaminada, las bacterias pueden vivir en ella, y si el artículo contaminado no se refrigera, la bacteria se multiplicará, aumentando el riesgo de enfermedad. El calor destruye la bacteria.

La salmonela es una bacteria muy común. Está presente en el pollo, ocasionalmente en las carnes de res y cerdo, y podría estar presente en huevos y productos lácteos no pasteurizados.. La bacteria puede presentarse en una amplia gama de excrementos animales, incluyendo de mamíferos (perros, gatos, vacas, ovejas), reptiles (tortugas, iguanas, serpientes) y aves (pollos, pavos y aves silvestres). La salmonela puede encontrarse en agua de arroyos sin tratar.

La salmonela NO se propaga al estornudar o toser.

¿Cómo puede saber si la tiene?

Su médico le podrá pedir un cultivo de prueba de una deposición suya, en el cual las bacterias crecen a partir de una muestra de sus heces. Debido a que las bacterias pueden ser excretadas intermitentemente, en especial si usted no presenta síntoma alguno, en ocasiones usted tendrá que enviar 2 ó 3 muestras de deposiciones. Una persona infectada verterá las bacterias al estar enferma, y durante varios días y hasta semanas después de haberse recuperado y no presentar más síntomas.

¿Cómo se trata?

No existe un tratamiento específico indicado, excepto reposar en cama y reemplazar la pérdida de líquidos, a menos que la enfermedad se presente en

bebés, personas mayores o debilitadas, o si la enfermedad es grave o prolongada. El uso de antibióticos podría de hecho prolongar el periodo de tiempo durante el cual usted vertería las bacterias en sus deposiciones.

¿Cómo puede evitar infectarse?

- Cocine completamente el pollo, las carnes y los huevos.
- Tenga cuidado al manipular las carnes o el pollo crudos; no se lama los dedos ni fume cigarrillos; lave muy bien la tabla de cortar antes de usarla para cortar cualquier otra cosa.
- Mantenga refrigerados el pollo, las carnes, los huevos y los alimentos que contengan cualquiera de los anteriores crudos.
- No tome agua no tratada (de arroyos, lagunas, etc.).
- No tome leche cruda, ni coma productos lácteos no pasteurizados.
- Lávese las manos después de cambiar pañales.
- Mantenga a los niños alejados de los excrementos animales.
- Lávese las manos después de manipular las mascotas o de limpiar las jaulas de éstas.

¿Cómo puede evitar la propagación si ya está infectado?

LÁVESE LAS MANOS después de ir al baño, antes de tocar alimentos y antes de limpiarles el rostro a los niños. Si se puede evitar, las personas enfermas no deben preparar alimentos. Aquellos que preparen alimentos fuera de casa, no deben volver al trabajo hasta que el médico se los permita.

*Producido por el Programa epidemiológico de enfermedades contagiosas
(Communicable Disease Epidemiology Program) (303) 692-2700 Departamento
de salud pública y del ambiente de Colorado, junio de 2001*