

¿Qué es la *E. coli*?

Las *Escherichia coli* (*E. coli*) son bacterias que comúnmente se encuentran en el tracto digestivo de los humanos y los animales. Aunque la mayoría de éstas son inofensivas, algunas bacterias *E. coli* pueden causar una enfermedad humana severa. La *E. coli* O157:H7 es la que causa infecciones severas del tracto digestivo.

¿Cuáles son los síntomas de la *E. coli* O157:H7?

El síntoma primordial es la diarrea, la cual puede ser de leve a severa. El excremento puede ser acuoso, frecuente, y puede contener sangre. Pueden ocurrir cólicos estomacales, pero regularmente, la fiebre no está presente. Alguna gente que tiene *E. coli* O157:H7, específicamente los niños menores de 5 años, pueden desarrollar una complicación llamada Síndrome urémico hemolítico (HUS - por sus siglas en inglés), una condición en la que las células rojas de la sangre son destruidas y los riñones fallan.

¿Cómo se propaga la *E. coli* O157:H7?

La forma más común de ser infectado con *E. coli* O157:H7 es por comer productos de res crudos o sin cocinar adecuadamente, especialmente la carne molida de res, ya que el ganado puede tener la bacteria en sus intestinos. La infección también puede resultar por tener contacto directo con el ganado; por beber leche cruda o jugo sin pasteurizar; por nadar en agua con taminada o beber de ésta, o por consumir alimentos o colocar objetos en la boca que hayan sido contaminados con el excremento de una persona infectada.

¿Qué tan pronto después de la infección ocurren los síntomas?

Si alguien come algo contaminado con *E. coli* O157:H7, los síntomas empezarán entre 2 y 8 días después, pero regularmente ocurren entre el día 3 y 4.

¿Por cuánto tiempo puede una persona infectada propagar la bacteria?

La *E. coli* O157:H7 se propaga en las heces de adultos enfermos por alrededor de 1 semana. La *E. coli* O157:H7 se puede dispersar en las heces de niños enfermos hasta por 3 semanas.

¿La gente que está enferma con la *E. coli* O157:H7 se debe quedar en su casa y no asistir al trabajo, escuela o guardería?

Si una persona trabaja manejando comida, trabaja en una guardería, o tiene contacto directo con personas enfermas o los ancianos, no deben trabajar mientras tienen diarrea. Los niños no deben asistir a la guardería con diarrea. La gente que está enferma por la *E. coli* O157:H7 recibirá instrucciones específicas por una enfermera de salud pública o epidemiólogo sobre el manejo de los alimentos, la gente inmuno-comprometida, o asistencia a una guardería o al trabajo.

¿Cuál es el tratamiento para la infección de *E. coli* O157:H7?

Las personas con *E. coli* O157:H7 pueden ser hospitalizadas. Los antibióticos generalmente no son recomendados y de hecho, pueden empeorar la enfermedad y desarrollarse el síndrome urémico hemolítico (HUS- por sus siglas en inglés). Cualquier persona que tenga diarrea debe tratar de beber suficientes líquidos para prevenir la deshidratación.

¿Qué se puede hacer para prevenir la infección por la *E. coli* O157:H7?

1. Siempre refrigere la carne y los productos de carne. NUNCA deje las carnes a temperatura ambiente. Coloque las carnes en el refrigerador de tal forma que no goteen sobre otros alimentos, especialmente sobre los alimentos listos para comer tales como las ensaladas o las verduras.

2. No coma carne molida cruda o que no esté cocinada adecuadamente. Cocine las hamburguesas hasta que estén bien cocidas y no se vean de color rosa por dentro.
3. No beba leche o jugos que no estén pasteurizados
4. Siempre lávese las manos cuidadosamente antes y después de preparar cualquier carne cruda. Enjuague bien las frutas y verduras.
5. No prepare comida para otra gente mientras tenga diarrea.
6. Siempre lávese las manos con jabón y agua tibia después de cambiar los pañales o de usar el sanitario.
7. Asegúrese que los niños se laven las manos cuidadosamente – especialmente después de usar el baño o de acariciar al ganado.
8. La gente que trabaja con ganado, especialmente con las reses, debe practicar una buena higiene personal y debe lavarse las manos después de manejar los animales. Los zapatos y la ropa que estén sucios con estiércol no se deben usar dentro de la casa.
9. Evite nadar en estanques o lagos de granjas donde el excremento del animal se pueda estar drenando hacia el área de nadar.

OSDH 08/04



Acute Disease Service

Oklahoma State
Department of Health

Para más información visítenos en la Red Mundial:
Servicio de Enfermedades Agudas
Departamento de salud del Estado de Oklahoma
Teléfono (405) 271-4060
<http://ads.health.ok.gov>