

# Salmonellosis

## ¿Qué es la salmonellosis?

La salmonellosis es una enfermedad diarreica causada por una infección ocasionada por la bacteria *Salmonella*. La *Salmonella* se encuentra en el tracto digestivo de los humanos y los animales, incluyendo a los pájaros y los reptiles.

## ¿Cuáles son los síntomas de la salmonellosis?

Los síntomas de la salmonellosis incluyen diarrea, fiebre, cólicos estomacales, náusea y vómito. Los síntomas comúnmente empiezan de seis horas a tres días después de la infección. La enfermedad regularmente dura de cuatro a siete días, pero puede durar hasta por dos semanas.

## ¿Cómo contrae alguien salmonellosis?

La mayoría de las infecciones son causadas por comer una comida contaminada con la *Salmonella*. La contaminación proviene de las heces de humanos o animales infectados. Los alimentos contaminados muchas veces son de origen animal, incluyendo: huevos o productos de huevos crudos o sin cocinar adecuadamente, leche o productos de leche cruda o sin pasteurizar, también de las aves de corral y de la res. La bacteria de los alimentos contaminados es transferida de los utensilios, tablas para cortar, y otras superficies de cocina a otros alimentos sin cocinar. A esto se le llama contaminación entre alimentos. Una causa muy conocida de la enfermedad es la contaminación con *Salmonella* de alimentos crudos o sin cocer tales como las frutas y verduras. El contacto directo con los animales infectados, especialmente los que tienen diarrea, es otra forma en la que se puede propagar la *Salmonella*. La *Salmonella* se puede encontrar en las heces de una amplia variedad de animales domésticos y de ganado, los cuales incluyen los perros, gatos, iguanas, tortugas, pollitos, ganado vacuno, aves de corral y cerdos.

## ¿Existe algún tratamiento para la salmonellosis?

La mayoría de la gente se recupera de las infecciones de *Salmonella* en la primer semana y no requiere de tratamiento. Cualquier persona que tiene diarrea debe asegurarse de beber suficientes líquidos para prevenir la deshidratación, especialmente los niños pequeños y los ancianos. Las personas que tienen diarrea severa o prolongada deben buscar atención de un proveedor del cuidado de la salud.

## ¿Debe alguien que tiene salmonellosis asistir al trabajo o escuela, o enviar a un niño a la guardería?

La *Salmonella* puede ser transmitida de persona a persona. Los niños no deben ir a la guardería hasta después de 24 horas de que se haya detenido la diarrea. La gente que maneja alimentos NUNCA debe trabajar mientras tenga diarrea. Las personas en estos casos deben asegurarse de lavarse las manos cuidadosamente y seguido, especialmente después de usar el baño.

## ¿Qué se puede hacer para prevenir la salmonellosis?

1. Siempre refrigere las carnes. Coloque las carnes en el refrigerador de tal forma que no goteen sobre otros alimentos, especialmente los alimentos que están listos para comer tales como las frutas y verduras.
2. Lave las manos, las superficies de trabajo en la cocina, y los utensilios con jabón y agua inmediatamente después de haber estado en contacto con carne cruda.
3. Siempre cocine las carnes completamente – NUNCA coma carne cruda de ningún tipo.
4. Siempre cocine completamente los huevos, o los alimentos que contengan huevos crudos.
5. No beba leche sin pasteurizar o alimentos hechos con leche sin pasteurizar.
6. Lave las frutas y las verduras bien antes de comerlas.
7. Siempre lávese las manos cuidadosamente con jabón y agua tibia antes y después de preparar la comida, antes y después de cambiar pañales sucios y después de usar el sanitario.
8. Siempre asegúrese que sus niños se laven las manos con jabón y agua tibia después de tocar a las mascotas o de limpiar sus jaulas o corralitos.

OSDH 08/04

