

Salmonela

.....

¿Qué es la Salmonela?

La *Salmonella* es una bacteria que puede causar una infección gastrointestinal conocida como salmonelosis. Normalmente la salmonelosis es llamada salmonella. Esta infección puede ocurrir en los humanos y animales. La mayoría de las personas infectadas con la salmonela está enferma durante cuatro a siete días. La persona puede enfermar lo suficiente como para requerir hospitalización. Las complicaciones graves y la muerte son raras, y más probablemente suceden en las personas muy jóvenes, muy viejas y en las que tienen otros problemas de salud.

¿Cuáles son los síntomas de infección de la salmonela?

Los síntomas de la salmonela comienzan normalmente entre 12 y 72 horas después de que la bacteria ha sido ingerida. Los síntomas incluyen calambres abdominales, dolor de cabeza, fiebre y diarrea acuosa severa. También pueden ocurrir náuseas y vómitos. Las personas infectadas con la salmonela pueden tener síntomas más ligeros o ninguno.

¿Cómo contraen las personas la salmonela?

Las personas contraen la salmonela ingiriendo la bacteria. Esto puede suceder comiendo alimentos contaminados que no han sido completamente cocinados, o que se han contaminado después de la preparación. La salmonela también puede contagiarse de persona a persona, cuando un individuo infectado no lava completamente sus manos después de usar el baño. Los expendedores de alimentos y prestadores de atención médica infectados con salmonela pueden contaminar la comida durante su preparación, o mientras alimentan a un paciente, si sus manos no han sido lavadas completamente.

¿Qué alimentos se asocian mayormente con la salmonela?

La salmonela normalmente se encuentra en productos alimenticios crudos provenientes de animales --como huevos, productos elaborados a partir del huevo, la carne, productos cárnicos, leche no pasteurizada, o producto lácteos a partir de leche no pasteurizada. Cocinar completamente y procesar eficientemente los alimentos mata las bacterias de la salmonela.

¿Hay fuentes de salmonela fuera de los alimentos?

Se ha encontrado organismos de Salmonela en las heces de personas enfermas y aparentemente sanas, y en animales. Se ha detectado que la mayoría de los animales domésticos, incluyendo los patos, ganado vacuno, cerdos, perros, gatos, tortugas domésticas y polluelos portan y transmiten la salmonela. Las bacterias también se han encontrado en una variedad de animales salvajes. Para prevenir la transmisión de la salmonela, se recomienda el lavado completo de las manos después del contacto con los animales. El agua contaminada también es una posible fuente de de contagio de la salmonela.

¿Cómo se diagnostica la infección de la salmonela?

La salmonela normalmente es diagnosticada por una prueba de laboratorio llamada cultivo de materia fecal. Su prestador de atención médica le proporcionará el recipiente especial que usted necesita para recoger una muestra de heces. Normalmente los resultados de la prueba demoran varios días en estar listos.

¿Cómo se trata la infección de la salmonela?

En general, las personas que son normalmente sanas se recuperan sin tratamiento médico. Los bebés, ancianos y personas con otros problemas de salud, a veces necesitan antibióticos porque pueden ser incapaces de rechazar la infección por sí mismos. La deshidratación es tratada con líquidos por vía oral o intravenosa. Consulte a su médico si tiene diarrea prolongada. El tratamiento con antibióticos puede aumentar el tiempo que toma el cuerpo para eliminar las bacterias de la salmonela. Incluso después de que han terminado los síntomas, a menudo demora varias semanas para las bacterias sean eliminadas completamente del intestino.

¿Puede prevenirse el contagio de la salmonela?

Algunas normas generales para prevenir el contagio de la salmonela son:

- Lave siempre sus manos exhaustivamente con jabón y enjuáguelas bien antes de comer, antes y después de preparar la comida, y después de usar el baño, cambiar pañales, o jugar con animales domésticos.
- Asegúrese de cocinar completamente todos los productos alimenticios provenientes de animales, sobre todo la carne de ave y productos elaborados a partir de huevo. Las yemas de huevo deben ser firmes. La carne vacuna y de ave no debe ser rosada.
- No ingiera huevos crudos o resquebrajados, leche no pasteurizada, queso hecho con leche no pasteurizada, o cualquier otro producto lácteo de leche no pasteurizada. Deben refrigerarse los sobrantes rápidamente y recalentarlos por completo.
- Evite contaminar cualquier alimento que no necesite ser cocinado, con productos alimenticios provenientes de animales. Por ejemplo, lave sus manos y todos los utensilios y superficies que han estado en contacto con la carne de ave cruda, antes de hacer una ensalada. Nunca deben guardarse el relleno de la carne de ave.
- Cuando esté cuidando una persona con salmonela, elimine o lave rápida y apropiadamente, cualquier material contaminado con las heces. Lave completamente lave sus manos después de tal contacto.
- Los niños pequeños y otras personas con necesidades especiales, pueden requerir ayuda extra en el lavado de sus manos después de usar el baño.

¿Hay recomendaciones para empleados con ocupaciones de alto riesgo?

Para proteger al público, cualquiera que esté infectado con la salmonela y tenga un trabajo de alto riesgo (expendedores de alimentos, prestadores de cuidado a pacientes, trabajadores de la industria lechera, o prestadores de cuidado de niños que preparan sus alimentos) no debe trabajar en estos lugares hasta que ya no haya riesgo de infectar a otros. Consulte al Departamento de Salud (1-800-640-4374) respecto de las normas.

