

fact sheet

PARA SU INFORMACIÓN

E. coli 0157:H7

¿Qué es la infección por E. coli 0157:H7?

E. coli es una bacteria que habitualmente vive en los intestinos de humanos y animales. A pesar de que la mayoría de las cepas de estas bacterias son inofensivas, se sabe que una en particular, conocida como E. coli 0157:H7, produce una toxina que puede provocar una enfermedad grave.

¿Quiénes contraen la infección por E. coli 0157:H7?

Todos los grupos de edades se pueden infectar con E. coli 0157:H7, pero los niños pequeños, los ancianos y las personas que tienen un sistema inmunológico comprometido son quienes se ven más gravemente afectadas.

¿Cómo se puede infectar una persona con E. coli 0157:H7?

La infección se contrae al ingerir alimentos que tienen la bacteria. Ésta vive en el intestino de algunos animales de ganado vacuno saludable y la contaminación de su carne se puede producir durante su procesamiento. La manera más común de contraer esta infección es al comer carne, especialmente carne molida de res cruda o que no se cocine bien.

Entre otros posibles focos de infección se encuentran la leche no pasteurizada, beber o nadar en agua contaminada o comer frutas o verduras sin lavar y que se hayan fertilizado con abono de vaca.

Se puede producir la transmisión de persona a persona si las personas infectadas no se lavan las manos después de usar el inodoro o después de cambiarles los pañales a bebés infectados.

¿Cuáles son los síntomas de la infección por E. coli 0157:H7?

Las personas infectadas por E. coli 0157:H7 pueden presentar varios síntomas. Algunas personas

infectadas pueden tener solamente diarrea leve o no presentar absolutamente ningún síntoma. La mayoría de los casos identificados desarrollan una diarrea aguda y calambres abdominales. Con frecuencia las deposiciones tienen sangre y, por lo general, se presenta sin fiebre o con poca fiebre.

¿Con qué rapidez aparecen los síntomas luego de la exposición?

Por lo general, los síntomas aparecen aproximadamente 3 días después de la exposición con una variación de 1 a 9 días.

¿Qué complicaciones se pueden presentar producto de una infección por E. coli 0157:H7?

En algunas personas, especialmente en niños menores de 5 años, la infección puede provocar una complicación conocida como síndrome hemolítico urémico (HUS, por sus siglas en inglés). Ésta es una enfermedad grave en la cual se destruyen los glóbulos rojos y los riñones fallan. Por ende, puede que sea necesario realizar transfusiones de sangre, diálisis renal o administrar factores de coagulación de la sangre. Con frecuencia requiere de una hospitalización prolongada. Afortunadamente, la mayoría de las personas con HUS se recuperan por completo, sin embargo, puede ser mortal en aproximadamente un 3% a un 5% de los casos.

¿Cuál es el tratamiento para una infección por E. coli 0157:H7?

La mayoría de las personas se recuperan sin antibióticos ni ningún otro tratamiento específico en 5 a 10 días. No se ha probado la utilidad de un tratamiento con antibióticos e incluso puede aumentar el riesgo de contraer HUS. Al igual que con todos los tipos de diarrea, es importante que le informe a su médico sobre sus síntomas y evite la deshidratación tomando mucho líquido.

(Continuado)

¿Por cuánto tiempo una persona puede contagiar con E. coli O157:H7?

Por lo general, la enfermedad dura entre 5 y 10 días (alrededor de 2 semanas en casos de HUS) y las personas generalmente ya no transmiten la infección aproximadamente dentro de una semana después de que se detiene la diarrea.

Sin embargo, en los niños pequeños, el organismo puede seguir viviendo en las deposiciones durante semanas.

¿Cómo se puede evitar una infección por E. coli O157:H7?

- No consuma hamburguesas ni otros productos de carne molida de res poco cocidos. Cocine por completo las hamburguesas y la carne molida de res. Asegúrese de que la carne se cocine completamente (que no quede rosada) y que su jugo sea claro.
- Consuma sólo leche pasteurizada y productos lácteos.
- Todas las frutas y verduras se deben lavar muy bien antes de servirse.
- Asegúrese de que las personas infectadas, especialmente los niños, se laven muy bien las manos con jabón después de usar el inodoro.
- El agua que pudiera estar infectada (cuando las tuberías gotean o están en reparación) se debe tratar con niveles adecuados de cloro u otros desinfectantes eficaces o incluso hervir para evitar cualquier contaminación posible.

Información sobre manipulación de alimentos para la prevención del E. coli O157:H7

Manipulación general

- La carne molida de res se debe congelar o refrigerar a 45° F o menos lo antes posible luego de comprarla y se debe mantener refrigerada hasta que se utilice.
- La carne molida de res se debe envasar y guardar de manera que su jugo (sangre) no caiga sobre otros alimentos.
- Lávese muy bien las manos con agua caliente y jabón antes y después de manipular carne cruda.
- Nunca vuelva a usar los materiales del envase.

- Tenga cuidado de no volver a contaminar la carne poniendo la carne cocida en la misma fuente o superficie en la cual puso la carne cruda, ni use los utensilios que se contaminaron con ésta.
- Debe lavar los utensilios, platos y superficies, como las tablas de cortar, que entran en contacto con la carne cruda con agua y jabón antes de volver a usarlos.

Almacenamiento

- Debe guardar la carne molida de res a 45° F o menos.
- La carne molida de res puede congelarse hasta por 4 meses y en el refrigerador dura de 1 a 2 días.

Cocción

- Cocine la carne molida de res hasta que esté completamente cocida (que no quede rosada en el centro) y su jugo sea claro. La carne molida de res se debe cocinar a 155° F o más. No la cocine en microondas, puesto que es posible que la cocción no sea pareja.
- Se debe desechar toda hamburguesa cocida que se deje a temperatura ambiente durante más de 2 horas.
- Luego de cocinar la carne molida de res, la puede guardar en el refrigerador durante 3 a 4 días o congelar hasta 3 meses.

Recalentamiento

- Recaliente la carne molida de res y las hamburguesas completamente cocidas a 165° F o más.

¿Dónde puedo obtener más información?

Comuníquese con su médico o con la Oficina de Epidemiología del Distrito de Salud del Condado de Clark al (702) 759-1300.



625 Shadow Lane • P.O. Box 3902
Las Vegas, NV 89127
(702) 759-1000 • www.cchd.org