



Salmonelosis

¿Qué es la Salmonelosis?

La salmonelosis es una infección intestinal causada por una bacteria llamada *Salmonella*.

Síntomas

- Los síntomas se desarrollan regularmente entre 6 a 72 horas después de haber consumido los alimentos o bebidas contaminados. Normalmente los síntomas duran de 4 a 7 días y pueden incluir:
 - Diarrea
 - Calambres o cólicos abdominales
 - Dolor de cabeza
 - Fiebre
 - Vómito
 - Deshidratación por pérdida de fluidos, especialmente en los niños y ancianos

¿Cómo se contagia?

- La bacteria de la *Salmonella* sale del cuerpo por medio del excremento. Las personas con esta infección pueden transmitirla si no practican buenos hábitos higiénicos al lavarse las manos después de ir al baño.
- La infección puede transmitirse al:
 - Comer o beber agua o leche contaminados con estas bacterias.
 - Tocar animales infectados y luego comer o tocarse la boca sin haberse lavado las manos. Los animales que comúnmente están infectados por *Salmonella* son los pollos, patos, cerdos, vacas, roedores y reptiles tales como serpientes, lagartos y tortugas. Las mascotas comúnmente son una fuente de infección.
 - El consumir alimentos que no necesitan cocinarse y que hayan sido preparados con utensilios o en superficies contaminadas con esta bacteria.

Diagnóstico y tratamiento

- El diagnóstico se hace al encontrar la bacteria en el cultivo de una muestra del excremento.
- La mayoría de las personas se recuperan de estas infecciones sin tratamiento. Los antibióticos se utilizan regularmente en las personas con episodios severos de la enfermedad; en los niños

pequeños o personas con ciertas enfermedades crónicas tales como el cáncer, enfermedades gastrointestinales crónicas, infección por HIV u otras enfermedades inmunológicas.

- Se recomienda consumir grandes cantidades de líquidos para prevenir la deshidratación.

Prevención

- Practique buenos hábitos higiénicos al lavarse las manos con agua tibia y jabón después de ir al baño, después de hacer un cambio de pañales, después de tocar los animales y antes de preparar alimentos y de comer.
- Lávese las manos después de tocar animales o mascotas, o al tocar el excremento de ellos u objetos contaminados con el mismo como ropa de cama, platos o el agua para nadar o bañarse.
- Evite consumir alimentos que estén crudos o parcialmente cocinados como carnes, aves, pescados o huevos.
- Consuma únicamente leche y productos lácteos pasteurizados.
- Lave frutas y verduras antes de comerlas.
- Elimine la contaminación cruzada entre los alimentos crudos y los cocidos lavando las tablas de cortar, utensilios y las manos del preparador de alimentos, también deseche los envases usados de la carne u otros alimentos.
- No utilice las áreas para preparar alimentos para bañar mascotas o lavar sus platos, jaulas, acuarios, etc.
- Los repites o tortugas no son mascotas apropiadas para los niños menores y no deben de estar en la misma casa que ellos.
- **Las personas que padecen de diarrea no deben de manejar o preparar alimentos, cuidar de los niños o proveer servicios de salud. Los niños con diarrea no deben de acudir a la guardería o a la escuela.**

Reporte estos casos al Departamento de Salud Pública llamando al 915-771-5810

