

INFECCIÓN POR CAMPILOBACTERIA

PREGUNTAS FRECUENTES

¿Qué es la campilobacteriosis?

La campilobacteriosis es una infección producida por una bacteria que afecta el tracto intestinal. Usted puede contraerla bebiendo agua contaminada o comiendo alimentos contaminados con campilobacteria. Cualquiera puede contraer una infección por campilobacteria e, incluso, más de una vez. La *campilobacteria* es una de las causas bacterianas más comunes de enfermedades diarreicas en San Francisco. Prácticamente todos los casos se producen en forma aislada, y no como parte de un brote.

¿Cuáles son los síntomas de la campilobacteriosis?

Una infección por campilobacteria puede provocar diarrea leve o severa, con frecuencia acompañada de fiebre, calambres estomacales o rastros de sangre en las heces. La campilobacteriosis también puede producir náuseas y vómitos. Algunas personas no presentan síntomas. La enfermedad por lo general dura una semana. En las personas cuyo sistema inmunitario está debilitado, la enfermedad puede durar más tiempo y ser más grave.

¿Cómo se contagia la campilobacteria?

La campilobacteria generalmente se contagia bebiendo agua contaminada o comiendo alimentos contaminados. La causa más común de esta infección es comer alimentos que están contaminados con jugos de pollo crudo. El pollo y la carne crudos con frecuencia están contaminados con la campilobacteria. Muchos animales, incluidos pollos, cerdos, vacas, perros y aves, pueden portar el germen sin estar enfermos. Esta infección también es común en los países en vías de desarrollo, por lo cual las personas que viajan a algunos países extranjeros también están en riesgo.

¿Cuándo aparecen los síntomas una vez que se ha contraído la infección?

Los síntomas generalmente aparecen entre los 2 y los 5 días *después* de contraída la infección por campilobacteria, pero esto puede variar de 1 a 10 días después de haber bebido agua contaminada o consumido alimentos contaminados.

¿Durante cuánto tiempo puede una persona ser portadora del germen de la campilobacteria?

Generalmente, las personas infectadas continuarán transmitiendo la bacteria (el germen) en las heces durante varios días e, incluso, varias semanas. Existen algunos medicamentos que pueden acortar la duración de la infección.

¿Es necesario que las personas infectadas estén aisladas o no vayan a la escuela o al trabajo?

En general, no. Sin embargo, como estos gérmenes se transmiten por las heces, las heces de

las personas con diarrea activa se deben considerar infecciosas. **Las personas infectadas deben lavarse las manos con agua caliente y jabón cada vez que usan el baño.** Las personas que manipulan alimentos, las personas que cuidan niños y las personas que trabajan en la atención de la salud pueden volver al trabajo una vez que se haya detenido la diarrea, siempre que se laven las manos cada vez que usen el baño. Las personas que cambian pañales a bebés deben lavarse las manos cada vez que terminan de cambiar un pañal.

¿Cuál es el tratamiento para la infección por campilobacteria?

La mayor parte de las personas que contraen la campilobacteria logran curarse sin necesidad de ningún tratamiento. Beber abundante cantidad de líquido ayudará a evitar la deshidratación. En ocasiones, el médico puede recetarle antibióticos para tratar la enfermedad severa. Los antibióticos pueden acortar la duración de la enfermedad si se administran al iniciarse la enfermedad.

Consejos para evitar futuras infecciones por campilobacteria

▶ Siempre trate al pollo, la carne vacuna y el cerdo como si estuvieran contaminados con campilobacteria.

- Envuelva el pollo y la carne en una bolsa plástica para evitar que los jugos y la sangre estén en contacto con otros alimentos.
- Cuando compre pollo o carne, colóquelos de inmediato en el refrigerador.
- Lave las tablas de cortar, el mostrador y los utensilios que utilizó para preparar pollo o carne crudos inmediatamente después de usarlos para evitar que otros alimentos se contaminen.
- Separe el pollo o la carne crudos del pollo o la carne cocidos para evitar la contaminación cruzada.
- Cocine el pollo o la carne a la temperatura interna apropiada (hasta que la carne no esté rosa en el medio, 160 °F (72 °C) para carne roja a medio cocer, 170 °F (77 °C) para pechuga de pollo o carne roja bien cocida, y 180 °F (82 °C) para muslo de pollo).
- Lávese las manos con agua caliente y jabón después de tocar pollo o carne crudos.

▶ Evite comer huevos crudos o con poco tiempo de cocción.

▶ Evite comer carne cruda o con poco tiempo de cocción (pollo, mariscos, carne vacuna, cerdo, etc.).

▶ Evite consumir leche, queso u otros lácteos crudos o sin pasteurizar.

▶ Evite beber agua de superficie que no ha sido tratada, como agua de un lago o arroyo.

▶ Lávese las manos con agua y jabón después de estar en contacto con las heces de una mascota (por ej., después de limpiar jaulas de mascotas o cestos de basura, o de levantar los residuos de una mascota).

▶ **Lávese las manos antes y después de preparar las comidas.**

► **Asegúrese de que sus hijos se laven las manos antes de comer.**

Si desea formular más preguntas sobre esta infección, comuníquese con el médico que lo atiende, la clínica médica o el Departamento de Salud Pública de San Francisco al teléfono (415) 554-2830 entre las 8:00 a.m. y las 5:00 p.m. de lunes a viernes, excepto feriados.