

### *¿Qué es la Escherichia coli?*

La Escherichia coli es un gran grupo de bacterias que se encuentra normalmente en el tracto digestivo de los seres humanos y los animales. La mayoría de las cepas de la Escherichia coli son inofensivas, pero otras pueden causar enfermedades. Algunos tipos causan diarrea, mientras que otros causan infecciones del tracto urinario, enfermedades respiratorias, neumonía y otras enfermedades.

### *¿Qué tipo de Escherichia coli produce la toxina shiga?*

Algunos tipos de Escherichia coli producen una toxina llamada shiga. Las bacterias que crean estas toxinas se llaman Escherichia coli productora de la toxina shiga (STEC, en inglés) o Escherichia coli enterohemorrágica.

### *¿Cuáles son las complicaciones de las infecciones por STEC?*

Entre un 5% y un 10% de las personas a las que se les diagnostica infección por STEC desarrolla una complicación potencialmente mortal conocida como síndrome urémico hemolítico (SUH). Entre los síntomas del SUH están la disminución de la frecuencia urinaria, la sensación de fatiga y la pérdida de color rosado en las mejillas y en el interior de los párpados inferiores. Las personas con SUH deben ser hospitalizadas debido a que sus riñones pueden dejar de funcionar.

### *¿Cuáles son los síntomas de las infecciones por STEC?*

Los síntomas van desde leves a graves e incluyen diarrea (a menudo con sangre), fuertes calambres en el estómago y vómito.

Si hay fiebre, por lo general no es muy alta (menos de 39° C ó 101° F). La mayoría de las personas se recupera en de 5 ó 7 días. Algunas infecciones son muy leves, pero otras son graves o incluso mortales.

### *¿Cuándo aparecen los síntomas después de la exposición?*

El intervalo entre la exposición y la enfermedad es generalmente de 3 ó 4 días, pero puede ser tan corto como 1 día o tan largo como 10 días. Con frecuencia los síntomas comienzan lentamente con dolor abdominal leve o diarrea sin sangre que empeora durante varios días.

El SUH, si se presenta, se desarrolla en un promedio de 7 días después de los primeros síntomas, cuando la diarrea está mejorando.

# *E. coli*

guía informativa page 2 of 2

## *¿Cómo se propaga la Escherichia coli?*

La Escherichia coli se puede transmitir al consumir o beber alimentos contaminados por las heces de personas o animales infectados, como por ejemplo:

- Carne mal cocida, especialmente la carne de vacuno
- Leche no pasteurizada o jugos
- Beber o nadar en agua contaminada
- Llevar a la boca objetos contaminados

## *¿Cómo se diagnostican las infecciones por STEC?*

Las infecciones por STEC suelen diagnosticarse mediante pruebas de laboratorio de muestras de heces.

## *¿Quién puede contraer infecciones por STEC?*

Las personas de cualquier edad pueden infectarse. Los niños muy pequeños y los ancianos son los más propensos a desarrollar una enfermedad grave y el SUH en comparación con otras personas, pero incluso los niños mayores y los adultos jóvenes saludables pueden enfermarse gravemente.

## *¿Cuál es el tratamiento para la Escherichia coli?*

No hay vacuna para la Escherichia coli; sin embargo, la mayoría de las personas se recupera sin tratamiento. No hay evidencia de que los antibióticos mejoren el curso de la enfermedad, y tomar antibióticos aumenta el riesgo de enfermarse. Los medicamentos antidiarreicos también pueden aumentar dicho riesgo.

Las personas con Escherichia coli deben beber mucho líquido para evitar la deshidratación.

## *¿Cómo se puede prevenir la Escherichia coli?*

- Refrigere siempre los productos cárnicos. No los deje a temperatura ambiente.
- Cocine completamente la carne molida a una temperatura interna de 69° C (155° F).
- Limpie completamente con lejía la superficie de la carne que haya tocado.
- Evite el consumo de productos no pasteurizados, como leche y jugos.
- Lávese las manos con agua y jabón antes y después de preparar alimentos.
- Enseñe a los niños a lavarse las manos correctamente.

Para obtener más información, por favor llame al Departamento de Salud de Tulsa al 918 582 WELL (9355).

## *Fuentes:*

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) and Oklahoma State Department of Health (OSDH)