

Escherichia coli productor de toxina Shiga (STEC)

¿Qué es la *escherichia coli* productor de toxina Shiga (STEC)?

Escherichia coli (también llamada *E. coli*) son bacterias que normalmente se encuentran en los intestinos de los seres humanos y de animales como las vacas. La mayoría de las cepas de la bacteria *E. coli* no causan enfermedades. Sin embargo, las cepas que producen toxinas pueden provocar enfermedades. El tipo más común de *E. coli* productor de toxina se denomina *E. coli* productor de toxina Shiga (STEC). *E. coli* O157:H7 es el tipo más común de STEC, pero existen otros tipos.

¿Quién puede contagiarse de STEC?

Cualquier persona puede contraer una infección por STEC, pero los niños pequeños, los adultos mayores y las personas con sistemas inmunitarios debilitados tienen más probabilidades de padecer una enfermedad grave.

¿Cómo se propaga la bacteria STEC?

La STEC tiene que ingresar en la boca para causar infección. Las personas y los animales infectados con STEC expulsan la bacteria en sus deposiciones. Las heces pueden contaminar las superficies, los alimentos o el agua. Las personas pueden infectarse al tocar superficies contaminadas, al tener contacto con la bacteria por medio de las manos y luego llevárselas a la boca, o al ingerir alimentos o agua contaminados. Las personas infectadas que manipulan alimentos pueden contaminarlos si no se lavan bien las manos después de ir al baño y manipulan alimentos que comen otras personas. La bacteria también puede propagarse en entornos como el servicio de cuidado de niños, donde la contaminación al cambiar pañales puede propagar la enfermedad.

La STEC se ha asociado con personas que ingieren productos contaminados, como carne de res molida poco cocida, productos crudos (p. ej., coles, lechuga y espinacas) o masa o rebozado crudos, o que beben leche o zumos no pasteurizados (crudos). También se ha asociado a personas que nadan en aguas contaminadas con heces. La propagación de animal a humano puede producirse al tocar superficies o animales contaminados (p. ej., en ferias agrícolas, zoológicos interactivos o visitas a granjas) y luego llevarse las manos a la boca.

¿Cuáles son los síntomas de la infección con STEC?

Algunas personas expuestas a STEC no se enferman. Otros sufren calambres estomacales y diarrea con sangre. Los síntomas también pueden incluir vómitos, fiebre y escalofríos. En casos graves, la infección puede dañar órganos, como los riñones.

¿Cuánto tardan en aparecer los síntomas después de la exposición a la bacteria?

Los síntomas pueden aparecer entre uno y diez días después de la exposición a la bacteria, pero suelen aparecer alrededor de tres o cuatro días después de la exposición.

¿Cómo se diagnostica la bacteria STEC?

Para confirmar que una persona se ha infectado con STEC es necesario realizar pruebas de laboratorio especiales de una muestra de deposiciones.

¿Qué tratamiento tiene STEC?

Las personas con diarrea deben beber mucho líquido para evitar la deshidratación. La mayoría de las personas se recuperan en una semana sin necesidad de consultar a un médico, pero es importante que las personas que presenten como síntoma diarrea con sangre soliciten atención médica. No deben utilizarse antibióticos ni medicamentos que detengan la diarrea (p. ej., Imodium).

¿Cómo se puede prevenir la infección de STEC?

La infección por STEC puede prevenirse si se toman las siguientes precauciones:

- Nunca consuma carne de res molida poco cocida o jugosa.
- Cocine la carne molida de res y cerdo a una temperatura interna mínima de 160 °F.
- Mantenga la carne cruda separada de los alimentos listos para el consumo.
- Lávese las manos y las encimeras, los utensilios y los platos después de haber estado en contacto con carne cruda.
- Siempre refrigere la carne.
- Nunca deje las carnes crudas a temperatura ambiente.
- No beba leche, productos de leche, zumos de frutas o sidras que no hayan sido pasteurizados.
- Siempre lave las frutas o verduras crudas antes de comerlas.
- Siempre lávese cuidadosamente las manos antes y después de preparar los alimentos.
- Lávese las manos después de tener contacto con animales y después de visitar granjas, zoológicos interactivos y ferias agrícolas.
- Siempre lávese cuidadosamente las manos con agua tibia y jabón después de ir al baño o cambiar pañales.
- Limpie y desinfecte las zonas de cambio de pañales, inodoros, orinales infantiles, juguetes, etc. al menos diariamente y cuando se ensucien.
- Asegúrese de que los niños se laven las manos cuidadosamente, sobre todo después de ir al baño o de tocar animales.
- No utilice instalaciones de baño públicas si tiene diarrea.
- Evite tragar agua de una piscina u otros cuerpos de agua de recreación.

¿Durante cuánto tiempo puede una persona infectada portar STEC?

Una persona infectada puede propagar la bacteria a otras durante el tiempo que la bacteria permanezca en las deposiciones (normalmente una semana, aunque en el caso de los niños puede durar hasta tres semanas).

¿Una persona infectada debe ausentarse del trabajo o de la escuela?

Es preferible quedarse en casa si tiene diarrea. El Departamento de Salud asesorará sobre cada situación en la que la persona con infección por STEC manipule alimentos, sea un trabajador sanitario, trabajador de un servicio de cuidado de niños o asista a una guardería. Es posible que algunas personas no puedan reintegrarse al servicio de cuidado de niños o al trabajo hasta que dos pruebas de especímenes de deposiciones den resultado negativo para la bacteria.

¿Cómo puedo obtener más información sobre STEC?

- Si tiene inquietudes sobre la enfermedad, póngase en contacto con un proveedor de atención médica.
- Llame a su Departamento de Salud local. En <http://www.vdh.virginia.gov/local-health-districts/> puede encontrar un directorio de los Departamentos de Salud locales.
- Visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en <http://www.cdc.gov/ecoli/>.

Septiembre de 2018