

Salmonelosis

¿Qué es la salmonelosis?

La salmonelosis es una enfermedad causada por una bacteria llamada *salmonela*. Generalmente afecta al intestino y provoca una enfermedad que dura entre varios días y una semana. Si la bacteria *salmonela* se propaga a la sangre, se puede desarrollar una enfermedad más grave.

¿Quién puede contraer salmonelosis?

Cualquier persona puede contraer salmonelosis, pero es más frecuente en bebés y niños. Los adultos mayores, los bebés y las personas con sistemas inmunitarios debilitados tienen más probabilidades de padecer una enfermedad grave.

¿Cómo se propaga la bacteria *salmonela*?

La *salmonela* debe ser ingerida para causar la enfermedad. La bacteria puede encontrarse en las deposiciones de animales criados para la alimentación (como aves de corral, cerdos, vacas), mascotas (como lagartos, tortugas, pollitos, patitos, perros y gatos) y personas infectadas. Las heces pueden contaminar la carne cruda, el pollo, los huevos, la leche y el queso no pasteurizados y otros alimentos, y las personas pueden enfermarse al consumir estos alimentos contaminados. Las personas infectadas pueden propagar la bacteria si no se lavan bien las manos después de ir al baño o después de tocar animales y luego tocar objetos (p. ej., alimentos, juguetes) que otras personas se llevan a la boca.

¿Cuáles son los síntomas de la salmonelosis?

Los síntomas de la salmonelosis incluyen diarrea (sin sangre), calambres abdominales, dolor de cabeza, fiebre y, en ocasiones, vómitos.

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

Los síntomas suelen aparecer entre seis horas y tres días o más después de la exposición a la bacteria, pero normalmente aparecen entre 12 y 36 horas después de la exposición.

¿Cómo se diagnostica la salmonelosis?

La salmonelosis se diagnostica a través de un análisis de laboratorio de las deposiciones (excrementos).

¿Qué tratamiento tiene la salmonelosis?

La mayoría de las personas infectadas de salmonelosis se recuperan sin tratamiento. Las personas con diarrea deben beber mucho líquido para evitar la deshidratación. En general, no se recomiendan antibióticos ni antidiarreicos para las enfermedades leves o moderadas. Es posible que las personas con salmonelosis grave deban ser ingresadas en un hospital para recibir líquidos intravenosos y antibióticos.

¿Cómo se puede prevenir la salmonelosis?

Higiene de manos

- Lávese las manos con agua y jabón cuidadosamente antes y después de preparar alimentos, y después de ir al baño o cambiar pañales.

Manipulación de alimentos segura

- Refrigere con prontitud los alimentos perecederos; reduzca al mínimo su conservación a temperatura ambiente.
- Trate siempre los productos de carne cruda de aves de corral, de res y de cerdo, y los huevos como si estuvieran contaminados.
- Envuelva la carne fresca en bolsas de plástico en el mercado para evitar que el líquido gotee sobre otros alimentos en el carrito de compras.
- Evite comer huevos (o alimentos elaborados con huevos crudos), aves y carnes crudos o poco cocinados.
- Evite beber leche cruda (no pasteurizada).
- Garantice que los alimentos cocinados alcanzan la temperatura interna correcta, especialmente cuando utilice un horno microondas. Consulte <https://www.cdc.gov/foodsafety/keep-food-safe.html> para obtener más información.
- Lave las frutas y verduras crudas antes de comerlas o cortarlas.
- Desinfecte las tablas de cortar alimentos, las encimeras y los utensilios después de cada uso (1 cda. de lejía líquida de uso doméstico por galón de agua es eficaz; prepare la solución de lejía fresca diariamente). No enjuague. Deje secar al aire.

Contacto con animales

- Evite que los niños pequeños tengan como mascotas pollitos, patitos, tortugas y otros reptiles.
- No permita que los niños manipulen alimentos o golosinas para mascotas.
- Supervise a los niños en granjas, zoológicos interactivos y otros entornos donde puedan tener contacto con el ganado (p. ej., terneros, ovejas, cabras, etc.).
- Asegúrese de que los niños se laven las manos después de tocar animales.

¿Durante cuánto tiempo puede una persona infectada transportar *salmonela*?

La mayoría de las personas portan la bacteria entre varios días y semanas después de la enfermedad. Un pequeño porcentaje de personas infectadas portan la bacteria durante un año o más.

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

Las personas con diarrea no deben trabajar manipulando alimentos, ni atender a niños o pacientes. Los niños con diarrea no deben asistir al servicio de cuidado de niños ni a la escuela. La mayoría de las personas infectadas pueden reincorporarse al trabajo o a la escuela cuando cese la diarrea, siempre que tengan la precaución de lavarse las manos después de ir al baño. En algunas situaciones, es posible que las personas infectadas por *salmonela*, aunque no presenten síntomas, deban ser excluidas de los entornos de alto riesgo hasta que no tengan *salmonela* en las deposiciones. El Departamento de Salud local debe participar en las conversaciones relacionadas con el momento en que las personas infectadas por *salmonela* que se encuentran en entornos de alto riesgo pueden volver a esos entornos de forma segura.

¿Cómo puedo obtener más información sobre la salmonelosis?

- Si tiene inquietudes sobre la salmonelosis, póngase en contacto con un proveedor de atención médica.
- Llame a su Departamento de Salud local. En <http://www.vdh.virginia.gov/LHD/index.htm> 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/salmonella/>.