

Infección por salmonella

La salmonelosis es una infección causada por la bacteria salmonella. Todos los años, se registran aproximadamente 42,000 casos de salmonelosis en los Estados Unidos. Como muchos casos no se diagnostican o no se reportan, es posible que el número real de infecciones sea mayor. Se estima que aproximadamente 400 personas mueren todos los años a causa de una infección por salmonella.



¿Cuáles son los síntomas de la infección?

- La mayoría de las personas tienen diarrea, fiebre y calambres abdominales entre seis y 72 horas después de la infección. La enfermedad usualmente dura de cuatro a siete días y la mayoría de las personas se recuperan sin recibir tratamiento.
- En algunos casos menos frecuentes las personas desarrollan una infección grave que requiere hospitalización. Si no se trata rápidamente, la infección se puede propagar a todo el cuerpo e incluso causar la muerte.
- Un número reducido de las personas que tienen infección por salmonella contraen artritis reactiva, que puede durar varios meses o años y que puede devenir en artritis crónica, que es difícil de tratar.

¿Quién tiene riesgo de sufrir una enfermedad más grave?

Las personas mayores, los bebés y las personas con un sistema inmunológico debilitado tienen más posibilidades de sufrir una enfermedad grave.

¿Cómo se contrae la salmonella?

La bacteria salmonella se puede propagar de varias formas, comiendo alimentos contaminados, manipulando ciertos animales y no lavándose bien las manos.

Los alimentos

Lo más frecuente es que las personas contraigan la infección de salmonella comiendo alimentos contaminados con heces de animales. Es importante recordar que los alimentos contaminados pueden tener aspecto y olor normal. Cualquier alimento, incluso los vegetales, pueden contaminarse, pero los alimentos que más comúnmente se contaminan con salmonella son:

- Carne de res
- Carne de aves
- Leche
- Huevos

Los animales

La salmonella también se puede encontrar en las heces de animales como:

- Las mascotas y el ganado
- Pollitos y pájaros jóvenes, y las aves que se usan como mascotas, como los periquitos
- Los reptiles, como las tortugas, los lagartos y las víboras
- Los roedores como los ratones, hámsters y conejillos de Indias (también llamados cobayas o cuyes)
- La salmonella también se puede encontrar en algunos alimentos y bocadillos para mascotas

continued

DenverHealth.org



Las personas

- Los gérmenes de la salmonella se pueden transmitir por una persona infectada que no se lave las manos con jabón después de usar el baño.
- La salmonella también se puede transmitir de una persona a otra en lugares como las instalaciones de cuidado infantil, instalaciones residenciales como hogares de ancianos o casas colectivas y a través de ciertas formas de contacto sexual (por ejemplo, contacto oral-anal).

¿Cómo se puede evitar la infección por salmonella?

- Matar la salmonella cocinando bien los alimentos, como las aves de corral, la carne picada y los huevos o no comer ni beber alimentos que contengan huevos crudos o leche sin pasteurizar.
- Mantener las carnes no cocinadas separadas de los vegetales y los alimentos cocinados y listos para comer.
- Lavarse las manos, lavar las superficies y los utensilios de la cocina con agua y jabón inmediatamente después de que hayan estado en contacto con carne cruda.
- Siempre lavarse las manos inmediatamente después de tocar un reptil o un ave, aunque el animal esté sano.
- Siempre lavarse las manos con agua y jabón después de usar el baño o de cambiar pañales.
- En el cuidado de niños, desechar la materia fecal y los pañales sucios de forma higiénica.

¿Cuándo llamar al médico?

La mayoría de las personas no necesitan atención médica para la infección por salmonella porque se cura por sí sola en pocos días. Sin embargo, en casos de bebés, niños pequeños, personas mayores o personas con problemas en el sistema inmunológico, se debe llamar al médico si los síntomas duran más de unos pocos días.

FUENTES:

Denver Public Health, Centers for Disease Control and Prevention



DenverHealth.org

