Campilobacteriosis- Hoja informativa

¿Qué es campylobacter?

Cuando su médico le dice que tiene campilobacteriosis, quiere decir que tiene una infección intestinal o estomacal con una bacteria llamada *Campylobacter*.

¿Cuáles son los síntomas de la infección por Campylobacter?

La campilobacteriosis causa diarrea leve o grave, a menudo con restos de sangre en las heces. A veces las personas desarrollan fiebre. Los síntomas suelen aparecer de 2 a 5 días después de la exposición.

¿Cómo se transmite campylobacter?

Campylobacter generalmente se transmite al comer o beber agua o alimentos contaminados o "sucios". En ocasiones, también se transmite por contacto con animales infectados. Animales como cerdos, ganado vacuno, perros, gatos y aves (particularmente aves de corral como pollo y pavo) pueden portar la bacteria en sus intestinos. Estas fuentes pueden contaminar los productos cárnicos (especialmente las aves), los suministros de agua, la leche y otros alimentos.

¿Cuánto tiempo son contagiosas las personas?

En general, las personas infectadas continuarán transmitiendo la bacteria en sus heces durante unos días a una semana o más. Ciertos antibióticos pueden acortar esta fase.

¿Quién contrae campylobacter?

Cualquier persona puede contraer la infección por *campylobacter*.

¿Qué tratamiento está disponible para las personas con campylobacter?

La mayoría de las infecciones por *campylobacter* desaparecerán sin tratamiento. Sin embargo, hay algunos casos en los que su proveedor de atención médica puede recomendar un tratamiento con antibióticos para que se sienta mejor antes y acortar el tiempo que Campylobacter está presente en las heces. Las personas con diarrea deben beber muchos líquidos.

¿Es necesario mantener a las personas infectadas en casa y no ir a la escuela, al trabajo o a la guardería?

Dado que las bacterias se eliminan en las heces, las personas con diarrea deben ser excluidas de la guardería, la atención al paciente y la manipulación de alimentos. La mayoría de las personas infectadas pueden regresar al trabajo o a la escuela cuando la diarrea se detiene, siempre que se laven cuidadosamente las manos después de ir al baño y antes de preparar alimentos

¿Cómo puedo protegerme y proteger a mi familia de contraer campylobacter?

Usted puede disminuir su probabilidad de entrar en contacto con *campylobacter* con las siguientes prácticas:

- Siempre trate las aves de corral, la carne de res y cerdo crudas como si estuvieran contaminadas.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, y especialmente después de ir al baño, cambiar un pañal o antes de preparar y/o comer alimentos. (El gel desinfectante se puede sustituir cuando las manos no están visiblemente sucias).
- Evite los alimentos o el agua de fuentes que puedan estar contaminadas.
- Envuelva las carnes frescas en bolsas de plástico en el mercado para evitar que la sangre gotee sobre otros alimentos.
- Refrigere los alimentos rápidamente; No mantenga los alimentos a temperatura ambiente durante más de dos horas.
- Lave inmediatamente las tablas de cortar y los mostradores utilizados para la preparación para evitar la contaminación cruzada con otros alimentos.
- Asegúrese de que se alcanza la temperatura de cocción interna correcta, especialmente cuando se utiliza un microondas para cocinar.