

Giardiasis - Hoja informativa

¿Qué es la giardiasis?

La giardiasis es una enfermedad estomacal o intestinal causada por un parásito microscópico (germen) llamado *Giardia duodenalis*.

¿Cuáles son los síntomas de la infección por giardiasis?

Las personas infectadas con giardiasis pueden tener:

- diarrea leve o severa, típicamente 2-5 heces blandas al día
- gas
- heces grasosas malolientes que flotan
- calambres o dolor de estómago
- malestar estomacal/náuseas
- La fiebre rara vez está presente
- deshidratación y fatiga

Estos síntomas pueden aparecer de 1 a 3 semanas después de la exposición, pero generalmente dentro de los 10 días. Los síntomas generalmente se resuelven en 2-6 semanas. Algunas personas infectadas pueden tener diarrea crónica durante varias semanas o meses, lo que resulta en una pérdida de peso significativa, mientras que en algunos casos, otras personas infectadas no tendrán ningún síntoma (generalmente visto en niños).

Los síntomas raros incluyen:

- picazón en la piel/hives
- hinchazón de los ojos
- hinchazón de las articulaciones

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) señalan que, "Ocasionalmente, las personas con giardiasis tendrán complicaciones a largo plazo, como artritis reactiva, síndrome del intestino irritable y diarrea recurrente que puede durar años. Entre los niños en particular, la giardiasis severa puede retrasar el crecimiento físico y mental, retrasar el desarrollo y causar desnutrición".

¿Cómo se transmite la giardiasis?

Según los CDC, "La forma más común en que las personas se enferman es tragando agua potable contaminada o agua recreativa (por ejemplo, de lagos, ríos o piscinas)". La transmisión de persona a persona debido a malas prácticas de lavado de manos es otra forma común en que se propagan los parásitos *Giardia*, especialmente en centros e instituciones de cuidado infantil. Las heces de una persona o animal infectado pueden "ensuciar" o contaminar el agua, los alimentos o las superficies. Esto puede incluir la exposición a heces en superficies contaminadas como manijas de baño, animales en zoológicos / granjas de mascotas o por contacto sexual.

¿Cuánto tiempo son contagiosas las personas?

Las personas pueden tener Giardia en sus heces desde unas pocas semanas hasta unos pocos meses. El tratamiento puede acortar el tiempo que las personas son contagiosas.

¿Quién contrae giardiasis?

Las personas que consumen agua potable o agua recreativa tratada o contaminada inadecuadamente corren el riesgo de contraer giardiasis. También puede propagarse fácilmente en personas en centros de cuidado infantil o entornos institucionales por contacto de mano a boca como se describió anteriormente.

¿Qué tratamiento está disponible para las personas con giardiasis?

- Algunas personas pueden recuperarse por sí solas sin medicamentos en unos pocos días.
- Su proveedor de atención médica puede darle medicamentos para tratar la giardiasis si los síntomas empeoran o persisten, son graves o si tiene factores de riesgo para transmitir la infección a otras personas.
- Es importante que las personas con diarrea beban muchos líquidos para mantenerse hidratadas.

¿Las personas infectadas necesitan mantenerse en casa y no ir a la guardería, la escuela o el trabajo?

Las personas infectadas no deben ir a la guardería, la escuela o a trabajos que impliquen atención al paciente o manipulación de alimentos. La mayoría de las personas pueden regresar a la guardería, la escuela o el trabajo cuando la diarrea se detiene. En todo momento, deben mantener buenas prácticas de higiene de manos.

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

Puede disminuir sus posibilidades de entrar en contacto con Giardia con estas prácticas:

- Lávese las manos con agua y jabón, especialmente después de ir al baño, cambiar un pañal, después de tocar animales / mascotas, o antes de preparar y comer alimentos. El gel desinfectante puede sustituirse cuando las manos no están visiblemente sucias. Promptly clean contaminated surfaces with household chlorine bleach-based cleaners.
- Deseche cuidadosamente los desechos de aguas residuales para no contaminar las aguas superficiales o subterráneas.
- Evite los alimentos o el agua de fuentes que puedan estar contaminadas o no tratadas. Si no está seguro, hierva, filtre o desinfecte el agua según las indicaciones para el consumo humano seguro.
- Si usted o un miembro de su familia tiene diarrea, manténgase alejado de las áreas compartidas, como las piscinas.

- Los niños que nadan deben tomar descansos para ir al baño. Para aquellos que usan pañales, revise los pañales y cambie el pañal sucio antes de que regresen a la piscina.