



SALMONELOSIS

¿QUÉ ES LA SALMONELOSIS?

Salmonelosis es una enfermedad gastrointestinal causada por cualquier de los más de 2,000 tipos de bacteria que se llama salmonela.

¿QUIÉN PUEDE ADQUIRIR LA SALMONELOSIS?

Cualquiera puede adquirir la salmonelosis.

¿CUÁLES SON LOS SINTOMAS DE LA SALMONELOSIS?

Usualmente los síntomas ocurren de u a 3 días después de exposición, a veces síntomas pueden ocurrir tan rápido como 6 horas después o tan tarde como 3 semanas después. Las síntomas pueden incluir: diarrea (a veces sangrienta), calambres abdominales, náuseas, vómitos, dolor de cabeza, y fiebre. Deshidratación (perdida de fluidos corporales) puede estar severa, particularmente en infantes.

También es posible que alguien infectada con salmonela no mostrar ningún síntoma.

¿CÓMO SE PROPAGA LA SALMONELOSIS?

Frecuentemente personas están infectadas por el consume de agua o alimentos contaminados con la bacteria salmonela. Muchos animales (incluyendo reptiles, pollos, cerdos, vacas, perros, y gatos), además de personas, pueden estar infectadas y pueden servir como la fuente por la propagación de la infección. Este ocurre por:

- El consumo de alimentos tocado por una persona infectada quien no lavó bien sus manos después de usar el baño.
- El consumo de huevos o productos de huevos crudos o no cocidos bien.
- El consumo de carne cruda o no cocida bien.
- El consumo de leche o productos lacteados no pasteurizados.
- Falta de limpiar bien los superficies que usa para el preparación de alimentos.
- Productos agrícolas (por ejemplo: brotes, melones, jitomates, etc.)
- El bebido del agua no tratado.
- El lavado de las manos inadecuado después de tocar alimentos infectados o animales.
- Tener contacto sexual sin protección de vía bucal-anal con una persona infectada.

El periodo de tiempo entre que este contagioso varia de varios días hasta meses. De manera interesante, las personas quienes estén tratadas con antibióticos actualmente tienden a mudar la bacteria por más tiempo que las personas que no han tomado tratamiento.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA SALMONELOSIS?

Se diagnostica la salmonelosis por medio de una prueba de excremento.

¿CÓMO SE TRATA LA SALMONELOSIS?

La mayoría de las personas recuperen por sí mismo sin tomar medicamento. El tratamiento depende en la severidad de los síntomas. La reposición de los fluidos y los electrolitos es la manera primera del tratamiento. Generalmente no están recomendados los antibióticos o medicamentos anti diarreicos, aunque antibióticos pueden estar recetados por las personas con síntomas severos o con sistemas inmunes débiles.

¿CÓMO PUEDO AYUDAR EN LA PREVENCIÓN DE LA SALMONELOSIS?

Usted Puede:

- Lavar las manos bien por 20 segundos con jabón y agua después de usar el baño o cambiar pañales. Asegúrese que los niños también laven sus manos bien después de usar el baño.
- Lavar las manos bien antes y después de preparar los alimentos, especialmente después de tocar la carne cruda.
- Evitar el consume de carne o huevos crudos o no cocidos bien. No use huevos con cascaras sucias o resquebrajadas.
- Lavar frutas y verduras antes del consumo. Pela frutas y verduras cuando está posible.
- Desinfectar todos los superficies y utensilios después del contacto con la carne cruda.
- Cocinar toda la carne blanca hasta los 165 grados Fahrenheit. Asegúrese que la carne se ve blanca (no rosa) y los jugos salen transparentes (no sangrientos) antes del consumo.
- Evitar productos no pasteurizados incluyendo leche no pasteurizada, quesos blandos, jugos, y sidra.
- Lavar las manos bien después de tocar animales o mascotas o sus comidas, premios, y excrementos,
- No tomar el agua no tratado. Hierve o desinfecta el agua no tratado antes de consumirlo.
- Es disuadido que los niños pequeños tengan de mascotas los pollos, patos, tortugas, reptiles, o roedores.

Evitar contacto entre de los reptiles e infantes o las personas con sistemas inmunes débiles.

Es importante que las personas quienes trabajan con tocar comida sean excluidos del trabajo hasta que no han tenido síntomas en las últimas 24 horas.

En el estado de Washington salmonelosis es una enfermedad de declaración obligatoria y debe ser declarada al departamento de salud local. En el condado Lewis, contactarse con Communicable Disease Surveillance and Response al 360-740-1223 entre el horario de oficina o llamar al 360-740-1105 después del cierre y pida hablar con el funcionario de salud.



¿CUÁNDO DEBO QUEDAR ME EN CASA FUERA DEL TRABAJO, ESCUELA, O CUIDADO INFANTIL?

NO DEBE ASISTIR EL TRABAJO, ESCUELA, O CUIDADO INFANTIL SI UNO DE LOS SIGUIENTES APLICA:

- Fiebre, diarrea, náuseas, o vómitos en las últimas 24 horas.
- No se siente bastante sano para participar en actividades regulares.