

## Hoja informativa sobre enfermedades contagiosas

**La salmonelosis está causada por una bacteria denominada *Salmonella*. En Australia, la mayoría de las infecciones de *Salmonella* ocurren después de ingerir alimentos contaminados o a veces después del contacto con una persona infectada.**

# La Salmonelosis

## ¿Qué es la salmonelosis?

La salmonelosis está causada por una bacteria denominada *Salmonella*. En Australia, la mayoría de las infecciones de *Salmonella* ocurren después de ingerir alimentos contaminados o a veces después del contacto con una persona infectada.

## ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas incluyen dolor de cabeza, fiebre, cólicos estomacales, diarrea, náuseas y vómitos. Los síntomas suelen comenzar de 6 a 72 horas después de la infección. Generalmente duran entre 4 y 7 días, a veces se prolongan mucho más.

## ¿Cómo se contagia?

La *Salmonella* se contagia generalmente a los seres humanos cuando ingieren comida mal cocida, preparada con alimentos de animales infectados (es decir, carne, aves de corral, huevos y sus subproductos).

La propagación por "contaminación cruzada" ocurre cuando la *Salmonella* contamina las comidas listas para comer: por ejemplo, cuando se usa un cuchillo contaminado para cortar comida que no va a volver a cocinarse o cuando una persona infectada manipula dicha comida.

La *Salmonella* se puede contagiar de una persona a otra por medio de las manos de la persona infectada. Además se puede contagiar de los animales a los seres humanos.

## ¿Quién está en riesgo?

Todos podemos contraer salmonelosis. La enfermedad suele ser más seria en los bebés, los ancianos y las personas cuyo sistema inmune se encuentra debilitado.

## ¿Cómo se previene?

### La cocina

La cocción bien completa del alimento destruye la *Salmonella*. Evite la carne, aves de corral o huevos que estén crudos o mal cocidos. No coma aves de corral y las carnes tales como hamburguesas, salchichas y carne asada enrollada si estuvieran rosadas en el centro.

### Manejo de los alimentos

La *Salmonella* puede ser transmitida por las manos; por lo tanto es muy importante siempre lavarse las manos muy bien después de usar el baño y antes de preparar alimentos. Lávese las manos con agua corriente y jabón por lo menos durante 10 segundos, enjuáguelas y séquelas bien. Preste especial atención a la zona debajo de las uñas y entre los dedos.

Las personas infectadas que manipulan comida pueden propagar grandes cantidades de bacterias de *Salmonella*. No deben manipular ni servir comida hasta que se haya detenido la diarrea y que su materia fecal ya no contenga *Salmonella*.

### Control de la temperatura

El mal almacenamiento de la comida puede permitir la proliferación de la *Salmonella*. Mantenga los alimentos refrigerados a menos de cinco grados Celsius. Mantenga los alimentos calientes por encima de los 60 grados Celsius. Si va a recalentar alimentos, hágalo rápidamente hasta que la totalidad de la comida esté hirviendo.

Descongele los alimentos congelados en la nevera o en el microondas. Cuanto más tiempo deje los alimentos a temperatura ambiente, más podrá multiplicarse la *Salmonella*.

### La contaminación de los alimentos

Para evitar la contaminación de los alimentos:

- guarde los alimentos crudos (tales como carne) en envases cerrados en la parte de abajo del refrigerador o congelador para evitar que caiga o se salpique líquido de éstos sobre otros alimentos ya listos para el consumo. Cubra todos los alimentos que tenga en el refrigerador y congelador para protegerlos de la contaminación
- lávese las manos inmediatamente después de usar el baño o de manipular alimentos crudos y antes de manipular alimentos cocidos o listos para el consumo
- use diferentes tablas para cortar, bandejas, utensilios y platos para los alimentos crudos y la comida lista para el consumo. Si sólo tiene una tabla para cortar, lávela bien en agua jabonosa caliente antes de volver a usarla

- lave bien toda la tierra que venga en las verduras y frutas frescas antes de prepararlas y de comerlas
- seque los platos con un repasador diferente del que usa para secarse las manos o los mostradores; lave los trapos para lavar platos con regularidad

### ¿Cómo se diagnostica?

Para diagnosticarla, su médico clínico u hospital enviará una muestra de materia fecal a un laboratorio donde se hará un análisis para detectar la presencia de *Salmonella*.

### ¿Cuál es el tratamiento?

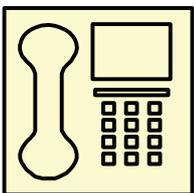
La mayoría de las personas se recuperan con descanso y líquidos. Algunas personas pueden requerir hospitalización. En casos complicados, a veces se recomienda administrar antibióticos.

### ¿Cuál es la respuesta de salud pública?

Los laboratorios tienen la obligación de notificar los casos de infección con *Salmonella* a la Unidad de Salud Pública de la zona. Las unidades de salud pública investigan los focos de casos para tratar de identificar los vínculos en común. Cuando un alimento en común es la causa, la Autoridad Alimentaria de Nueva Gales del Sur (*NSW Food Authority*) emprende una investigación ambiental adicional e inicia medidas de control. Las estadísticas sobre los casos se utilizan para formular estrategias de prevención.

La Autoridad Alimentaria de Nueva Gales del Sur es responsable por una serie de estrategias de inocuidad alimentaria destinadas a prevenir la salmonelosis y otras infecciones transmitidas por los alimentos.

Para obtener mayor información - Unidades de Salud Pública de Nueva Gales del Sur



**1300 066 055**

**[www.health.nsw.gov.au](http://www.health.nsw.gov.au)**