

CÓLERA

¿Qué es el cólera?

El cólera es una enfermedad causada por una bacteria que se encuentra normalmente en los intestinos o el estómago y en ocasiones causa sepsis.

¿Cuáles son los síntomas de una infección por cólera?

Los síntomas más comunes son una diarrea leve a moderada y vomito. Los síntomas por lo general aparecen 1 a 3 días luego de la infección.

¿Como se transmite el cólera?

La bacteria que causa el cólera puede ser transmitida al comer alimentos o agua contaminados o “sucios” (especialmente pescado o mariscos). Las personas infectadas pueden transmitirles la enfermedad a otros si no se lavan bien las manos luego de usar el baño y luego manipulan alimentos. También puede transmitir la enfermedad si se tiene contacto directo con heces de una persona infectada o un animal infectado y luego se transfiere ese material a la boca de las manos.

¿Por cuánto tiempo son contagiosas las personas infectadas?

La mayoría de las personas solo mantienen la bacteria por unos pocos días luego de pasada su enfermedad. Un pequeño porcentaje de personas infectadas pueden mantener la bacteria por un año o hasta más.

¿Quién puede infectarse de cólera?

Cualquiera que haya tenido contacto con agua contaminada o alguien infectado por cólera puede contraer el cólera. Sin embargo, las personas que tienen bajos niveles de ácidos gástricos y son de grupo sanguíneo tipo O están a mayor riesgo de infectarse.

¿Hay algún tratamiento disponible para las personas infectadas con cólera?

Se recomienda hidratar a las personas con diarrea. Se recomienda tratamiento antimicrobiano sólo para aquellos que tienen una enfermedad moderada a severa. Sin embargo, si se administran antibióticos de manera apropiada dentro de las primeras 24 horas de haberse identificado un caso inicial, se pueden prevenir casos adicionales.

¿Se tiene que mantener a las personas infectadas fuera de la escuela, trabajo o centros de cuidado diario?

Ya que la bacteria se encuentra en las heces, los niños con diarrea no deben ir a la escuela o centro de cuidados diario, lo mismo para individuos que trabajen sirviendo alimentos, no deben ir al trabajo. Los empleados o individuos que atienden un centro de cuidados diario pueden volver a este una vez que sus síntomas hayan subsanado.

¿Como puedo protegerme a mí mismo y a mi familia del cólera?

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente luego de usar el baño, cambiar un pañal o antes de preparar y/o ingerir alimentos. (Los geles desinfectantes pueden ser usados en vez si no hay material fecal visible en las manos).
- Filtre o purifique el agua que va a tomar.
- Evite ingerir alimentos o agua de fuentes que puedan estar contaminadas.
- Siempre manipule las carnes crudas como si estuvieran contaminadas.
- Envuelva las carnes frescas en bolsas plásticas en el mercado para prevenir que la sangre gotee sobre otros alimentos.
- Refrigere los alimentos inmediatamente al traerlos a casa; minimice el tiempo que los alimentos pasan a temperatura ambiente.
- Asegúrese de llevar los alimentos a la correcta temperatura de cocción interna, particularmente cuando este cocinándolos en el microondas.
- Lave inmediatamente las tablas para cortar y los mesones donde ha preparado carnes crudas antes de preparar otros alimentos para evitar la cros-contaminación.