

Cólera - Hoja informativa

¿Qué es el cólera?

El cólera es causado por una bacteria, que generalmente se encuentra en los intestinos o el estómago y ocasionalmente causa sepsis.

¿Cuáles son los síntomas de la infección por cólera?

Los síntomas más comunes son diarrea leve a moderada y vómitos. Los síntomas generalmente aparecen de 1 a 3 días después de la exposición.

¿Cómo se transmite el cólera?

La bacteria del cólera se puede propagar al comer agua o alimentos contaminados o "sucios" (particularmente pescado o mariscos). Las personas infectadas pueden propagar la bacteria al no lavarse las manos después de ir al baño y luego manipular alimentos. El contacto directo con las heces (heces) de una persona o animal infectado y transferido a la boca desde las manos también puede causar infección.

¿Cuánto tiempo son contagiosas las personas?

La mayoría de las personas portan la bacteria durante sólo unos días después de la enfermedad. Un pequeño porcentaje de personas infectadas portan la bacteria durante un año o más.

¿Quién contrae el cólera?

Cualquier persona que tenga contacto con agua o personas contaminadas puede contraer el cólera. Sin embargo, las personas con ácido gástrico bajo y grupo sanguíneo O tienen un mayor riesgo.

¿Qué tratamiento está disponible para las personas con cólera?

La terapia de hidratación se recomienda para personas con diarrea. La terapia antimicrobiana se recomienda para las personas que están moderadamente a gravemente enfermas. Sin embargo, la administración de antibióticos apropiados dentro de las 24 horas posteriores a la identificación de un caso índice puede prevenir casos adicionales.

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

Dado que la bacteria se encuentra en las heces, los niños no deben ir a la guardería o a la escuela mientras tienen diarrea y los manipuladores de alimentos deben ser excluidos del trabajo. Los asistentes y trabajadores de la guardería pueden regresar a la guardería una vez que estén asintomáticos.

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

- 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).
- Purificar el agua potable.
- Evite los alimentos o el agua de fuentes que puedan estar contaminadas.
- Siempre trate las carnes crudas como si estuvieran contaminados y manéjelas en consecuencia.
- Envuelva las carnes frescas en bolsas de plástico en el mercado para evitar que la sangre gotee sobre otros alimentos.
- Refrigere los alimentos rápidamente; Minimice el tiempo mantenido a temperatura ambiente.
- 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 cocina en un microondas.