

## What is campylobacter?

When your doctor says that you have campylobacteriosis, the doctor means that you have an intestinal or stomach infection with bacteria called *Campylobacter*.

## What are the symptoms of campylobacter infection?

Campylobacteriosis causes mild or severe diarrhea, often with traces of blood in the stool (feces). Sometimes persons develop fever. Symptoms usually appear 2 to 5 days after the exposure.

## How is campylobacter spread?

Campylobacter is usually spread by eating or drinking contaminated or “dirtied” food or water and, once in a while, by contact with infected animals. This is because animals such as pigs, cattle, dogs, cats, and birds (particularly poultry such as chicken and turkey) may carry the bacteria in their intestines. These sources may contaminate meat products (especially poultry), water supplies, milk, and other foods.

## How long are people contagious?

Generally, infected people will continue to pass the bacteria in their stool for a few days to a week or more. Certain antibiotics may shorten this phase.

## Who gets campylobacter?

Anyone can get campylobacter infection.

## What treatment is available for people with campylobacter?

Most campylobacter infections will go away without treatment. However, there are some instances where your health care provider may recommend treatment with antibiotics to make you feel better sooner and shorten the time *Campylobacter* are present in your stool. Persons with diarrhea should drink plenty of fluids.

## Do infected people need to be kept home from school, work or daycare?

Since the bacteria are passed in stool, people with diarrhea should be excluded from day care, patient care, and food handling. Most infected people may return to work or school when their diarrhea stops, provided that they carefully wash their hands after using the toilet and before preparing food.

## How can I protect myself and my family from getting campylobacter?

You can decrease your chance of coming in contact with *Campylobacter* with the following practices:

- Always treat raw poultry, beef and pork as if they are contaminated.
- Wash hands frequently with water and soap, and especially after using the toilet, changing a diaper or before preparing and/or eating food. (Sanitizing gel may be substituted when hands are not visibly soiled.)
- Avoid food or water from sources that may be contaminated.
- Wrap fresh meats in plastic bags at the market to prevent blood from dripping on other foods.
- Refrigerate foods promptly; minimize time kept at room temperature.
- Immediately wash cutting boards and counters used for preparation to prevent cross contamination with other foods.
- Ensure that the correct internal cooking temperature is reached particularly when using a microwave for cooking.

## ¿Qué es el campylobacter?

Si su doctor le dice que tiene “campilobacteriosis”, lo que quiere decir es que usted tiene una infección en su estómago o intestinos causada por bacterias del tipo *Campylobacter*.

## ¿Cuáles son los síntomas de una infección por campylobacter?

La campilobacteriosis causa diarrea leve o grave, a menudo con presencia de sangre en las heces. A veces se puede desarrollar fiebre. Los síntomas normalmente aparecen entre 2 y 5 días después de haber estado expuesto.

## ¿Cómo se transmite el campylobacter?

Se suele transmitir al tomar agua o comer alimentos contaminados y, a veces, puede transmitirse por contacto con animales infectados. Esto ocurre porque los animales como los puercos, las vacas, los perros, los gatos y las aves (en particular pollos y pavos) pueden tener la bacteria en sus intestinos y contaminar la carne que comemos (sobre todo el pollo), el agua, la leche y otros alimentos.

## ¿Por cuánto tiempo puede alguien con campilobacteriosis contagiar a otros?

Generalmente, el germen se encontrará presente en las heces de las personas infectadas por unos días, o hasta una semana o más. Algunos antibióticos pueden reducir el tiempo que dura esta fase.

## ¿Quién puede contraer campilobacteriosis?

Cualquier persona puede contraer una infección por campylobacter.

## ¿Cómo se trata la campilobacteriosis?

La mayoría de las infecciones por campylobacter desaparecen sin usar ningún tratamiento. Sin embargo, hay algunos casos en los que su médico le puede recomendar tratamiento con antibióticos para hacerle sentir mejor y reducir el tiempo durante el cual el campylobacter está presente en sus heces. Las personas que tienen diarrea deben tomar muchos líquidos.

## ¿Es necesario quedarse en casa y no ir a la escuela, a la guardería o al trabajo?

La bacteria está presente en las heces, por eso las personas con diarrea no deben ir a la guardería y si trabajan con pacientes o manipulando alimentos, deben quedarse en casa. La mayor parte de las personas infectadas pueden regresar a la escuela o al trabajo cuando ya no tengan diarrea, pero se tienen que lavar las manos con cuidado después de ir al baño y antes de preparar cualquier comida.

## ¿Cómo puedo protegerme yo y también proteger a mi familia contra la campilobacteriosis?

Para reducir sus posibilidades de entrar en contacto con el campylobacter, haga lo siguiente:

- Siempre trate la carne de pollo, res y puerco con precaución, como si estuviera contaminada
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón, sobre todo después de usar el baño, cambiar pañales y antes de preparar o comer alimentos. (En lugar de lavárselas puede usar un gel desinfectante para manos cuando no se vean sucias).
- Evite agua o comida que puedan provenir de fuentes contaminadas.
- Ponga la carne cruda dentro de bolsas de plástico cuando la compre en el mercado para que la sangre de ésta no se mezcle con otros alimentos.
- Ponga los alimentos en el refrigerador rápido, deben estar a temperatura ambiente el mínimo tiempo posible.
- Lave inmediatamente los tableros para cortar y mostradores que usó para preparar estos alimentos, de esta forma evita que otros alimentos se puedan contaminar también.
- Asegúrese de que la carne se cocina con la temperatura interna correcta, sobre todo si usa un horno microondas para cocinarla.

**CAMPILOBACTER**