

# SALMONELLOSIS

What is salmonellosis?

Salmonellosis is a disease caused by *Salmonella* bacteria. It usually affects the intestines or stomach and occasionally the bloodstream.

## What are the symptoms of a *Salmonella* infection?

The most common symptoms are mild or severe diarrhea, fever, abdominal pain, headache, and occasionally vomiting. Blood infections can be quite serious, especially in the very young or elderly. The symptoms generally appear 1 to 3 days after exposure.

## How is salmonellosis spread?

*Salmonella* bacteria may be spread by eating contaminated or “dirty” water or food (particularly undercooked eggs and poultry). Infected persons can spread the bacteria by not washing their hands after going to the bathroom and then handling food that other people will eat. Another way to get this disease is by having direct contact with stool (feces) from an infected person or animal and then transferring the bacteria to the mouth from the hands.

## How long are people contagious?

Most persons carry the bacteria for several days to several weeks after illness. A small percentage of infected persons carry the bacteria for a year or longer.

## Who gets salmonellosis?

Anyone can get salmonellosis but it is recognized more often in infants and children. Because there are many different strains of *Salmonella*, salmonellosis can re-occur throughout a person’s lifetime.

## What treatment is available for people with salmonellosis?

Most *Salmonella* infections will go away without treatment. Persons with diarrhea should drink plenty of fluids. However, if the *Salmonella* has invaded a person’s bloodstream, your health care provider may recommend treatment with antibiotics.

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

Since the bacteria is found in stool, children should not go to daycare or school while they have diarrhea and food handlers should be excluded from work. Daycare attendees and workers may return to the daycare setting once they are asymptomatic. Food handlers may return to work after two negative stool culture results and the approval of public health.

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

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

- 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.
- Wash raw fruits and vegetables prior to eating or chopping.
- Always treat raw poultry, beef and pork as if they are contaminated and handle accordingly.
- 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 washing 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 cooking in a microwave.
- Avoid chicks, ducklings, turtles and other reptiles as pets for small children.

## ¿Qué es la salmonelosis?

La salmonelosis es una enfermedad causada por una bacteria que se llama *salmonella*. Suele afectar a los intestinos o estómago y en ocasiones puede ocasionar una infección en la sangre.

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

Los síntomas más comunes son: diarrea (puede ser leve o grave), fiebre, dolor abdominal, dolor de cabeza y, en ocasiones, vómitos. Las infecciones en la sangre pueden ser bastante graves, sobre todo en niños muy pequeños o en personas mayores. Los síntomas suelen aparecer entre 1 y 3 días después de la exposición.

## ¿Cómo se transmite la salmonelosis?

La bacteria de la salmonella se puede transmitir al tomar agua o comer alimentos contaminados (en especial huevos o carne de ave que no se cocinaron bien). Las personas infectadas pueden transmitir la bacteria si no se lavan las manos después de usar el baño y entonces manipulan los alimentos que otros van a comer. Otra forma de contraer esta infección es por contacto directo al tocar las heces de un animal o una persona infectada y después tocarse la boca, así se pasa la bacteria de las manos a la boca.

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

La mayoría de las personas pueden seguir teniendo la bacteria por varios días y hasta varias semanas después de haberse enfermado. Un número pequeño de personas puede tener la bacteria por un año o más.

## ¿Quién puede contraer la salmonelosis?

Cualquiera puede contraerla pero es más fácil que ocurra en bebés y niños. Como hay muchos tipos (cepas) diferentes de la bacteria salmonella, la salmonelosis puede ocurrir de nuevo en la vida de una persona.

## ¿Cómo se trata la salmonelosis?

La mayoría de las infecciones por salmonella desaparece sin tratamiento. Si se tiene diarrea, es importante beber muchos líquidos. Sin embargo, si la infección pasa a la sangre, su médico le puede recomendar tratamiento con antibióticos.

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

Puesto que la bacteria está presente en las heces, los niños no deben ir a la escuela ni a la guardería mientras tengan diarrea, ni las personas que trabajen manipulando alimentos deben ir al trabajo. Los niños y trabajadores de la guardería puedan regresar a la guardería cuando se recuperen. Los manipuladores de alimentos pueden regresar al trabajo cuando reciban 2 resultados negativos en su prueba de heces y tengan la aprobación de la salud pública.

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

Para reducir las posibilidades de tener contacto con la salmonella, haga lo siguiente:

- 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 tomar agua o alimentos que puedan venir de fuentes contaminadas.
- Lave las frutas y verduras crudas antes de comerlas o cortarlas.
- Siempre trate la carne de aves (como el pollo o pavo), res y puerco con precaución, como si estuviera contaminada, y manipule de forma adecuada
- Cuando esté comprando, ponga la carne cruda dentro de bolsas de plástico para que la sangre de ésta no se mezcle con otros alimentos.
- Ponga los alimentos en el refrigerador cuanto antes, deben estar a temperatura ambiente el mínimo tiempo posible.
- Lave inmediatamente los tableros para cortar y mostradores que usó para preparar estos alimentos, así evita que otros alimentos se puedan contaminar.
- Cuando cocine, asegúrese de que los alimentos alcancen la temperatura de cocción interna correcta, sobre todo si usa un microondas.
- No les dé pollitos, patitos, tortugas u otros reptiles como mascotas a los niños pequeños.

# SALMONELLOSIS