



¿Qué es la Campilobacteriosis?

Es una enfermedad infecciosa causada por la bacteria *Campylobacter*.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas más comunes son:

- Diarrea (en ocasiones con sangre)
- Fiebre
- Náuseas y/o vómitos
- Dolor abdominal

Los síntomas comienzan 2 a 5 días después de haber estado expuesto a la bacteria y duran alrededor de una semana.

¿Cuáles son las complicaciones de esta enfermedad?

Algunas personas pueden experimentar complicaciones como el síndrome del intestino irritable, parálisis temporal y artritis. Otros pueden desarrollar el Síndrome de Guillain-Barré, que ocurre cuando el sistema inmunológico de una persona ataca sus propios nervios periféricos.

¿Cómo se transmite la bacteria *Campylobacter*?

La bacteria *Campylobacter* vive en los intestinos, hígado u otros órganos de las aves (específicamente las aves de corral), vacas y otros animales. Se puede encontrar en los alimentos, el agua, la tierra y las superficies que han sido contaminadas con heces de los animales o humanos infectados.

Las personas generalmente contraen la bacteria al:

- Consumir aves de corral crudas.
- Consumir leche cruda (sin pausterizar) o agua contaminada.
- Tener contacto con las heces de animales (perros y gatos).
- Consumir frutas y vegetales sin lavar.
- Tocar superficies u objetos contaminados y luego tocarse la boca o colocarse un objeto contaminado en la boca.
- No lavarse las manos después de usar el baño o cambiar pañales, y luego consumir alimentos.

¿Cómo puede prevenir esta infección?

- Lávese las manos con agua y jabón antes de ingerir o de preparar alimentos, después de ir al baño, cambiar pañales y de tener contacto con animales.
- Lave las frutas y vegetales antes de consumirlos.
- Cocine las aves de corral a una temperatura adecuada (utilice un termómetro de alimentos).
- Para evitar la contaminación cruzada en la cocina, lave las tablas de cortar, los cuchillos, utensilios y otras superficies, después de manipular alimentos crudos.
- Evite consumir leche cruda (sin pausterizar) o comidas preparadas con leche cruda.
- Mantenga las carnes, aves de corral y mariscos crudos separados de los vegetales y los alimentos preparados.