

Lo que debes saber sobre la CAMPILOBACTERIOSIS

La Campilobacteriosis es una enfermedad infecciosa causada por la bacteria *Campylobacter*.

SÍNTOMAS PRINCIPALES

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

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 pasteurizar) o agua contaminada.
- Tener contacto con las heces de animales (perros y gatos).
- 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.
- Consumir frutas y vegetales sin lavar.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- 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 carnes y/o aves 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 pasteurizar) o comidas preparadas con leche cruda.
- Mantenga las carnes crudas separadas de los vegetales y los alimentos preparados.

¿QUÉ DEBO HACER SI TENGO SÍNTOMAS?

Si usted presenta alguno de los síntomas, comuníquese con su médico primario o busque atención médica en el centro de salud más cercano.

Seguridad...
de los **Alimentos**

Para información sobre organismos que causan enfermedades infecciosas o información de seguridad de alimentos, acceda a www.salud.pr.gov/seguridad_alimentos.