

HOJA DE DATOS DE *E. COLI* PRODUCTORA DE TOXINA



Información general

Las bacterias *Escherichia coli* (*E. coli*) representan un grupo grande y diverso. Aunque la mayoría de las cepas de *E. coli* son inofensivas, algunas *E. coli* causan enfermedad al generar una toxina dentro de una persona infectada. Estas bacterias también se denominan *E. coli* "productoras de toxina shiga", o STEC abreviado. La STEC más frecuentemente identificada en América del Norte es *E. coli* O157:H7. Además de *E. coli* O157, muchos otros tipos (llamados serogrupos) de STEC causan enfermedad. Algunos tipos de STEC tienen mayor probabilidad de causar enfermedad grave que otros, incluida diarrea sanguinolenta y síndrome urémico hemolítico (SUH), que es un tipo de insuficiencia renal.

Signos y síntomas

La infección por STEC por lo general causa diarrea sanguinolenta grave, y cólicos abdominales, algunas veces con vómitos; sin embargo, la infección puede ser menos grave y no siempre incluir diarrea sanguinolenta. La infección incluso puede no presentar síntomas. La fiebre, que por lo general no es muy alta, ocurre en menos de un tercio de las veces. Durante el segundo o tercer día de la enfermedad, las heces pueden presentar sangre en el 30% al 75% de los casos. La enfermedad por lo general se resuelve en 5 a 10 días. Los niños y las personas mayores son las más susceptibles a desarrollar la enfermedad en forma grave. El período de incubación generalmente es de 3 a 4 días, aunque en ocasiones poco frecuentes la incubación puede ser tan breve como de 12 horas o de hasta unos 8 días. En la mayoría de los casos, no hay efectos a largo plazo.

Causas y transmisión

Aunque no se conoce la cantidad de organismos requeridos para causar la enfermedad, se sospecha que es muy poca. La bacteria vive en los intestinos de ganado sano. La carne se contamina durante la faena, o el procesamiento de la carne. La bacteria, cuando está presente, puede mezclarse con la carne de res cuando se la muele. La bacteria presente en la ubre de las vacas o en los equipos de ordeño puede contaminar la leche cruda. Comer carne, especialmente carne molida que no ha sido cocinada lo suficiente para matar la bacteria STEC puede causar la infección. La carne contaminada se ve y huele normal. Además de la carne, la bacteria STEC se ha asociado cada vez más a los vegetales de hojas verdes frescos y otros alimentos (entre los que se incluyen brotes, salame, jugos y leche no pasteurizados) y a nadar o beber agua contaminada por aguas residuales.

La bacteria en las heces de personas infectadas puede transmitirse de una persona a otra si el lavado de manos es inadecuado. Esto es particularmente probable entre los infantes que todavía no están bien capacitados en los hábitos para ir al baño. Los familiares y compañeros de estos niños tienen un riesgo alto de infectarse. Los niños más pequeños pueden contener el organismo en sus heces durante una semana o dos después de que la enfermedad esté resuelta. Los niños más grandes o los adultos tienen menos probabilidad de mantener el organismo una vez resueltos los síntomas.

Factores de riesgo

Las personas de cualquier edad pueden infectarse. Los niños muy pequeños y las personas mayores tienen mayor probabilidad de desarrollar la enfermedad en forma grave y el síndrome urémico hemolítico (SUH), pero incluso los niños más grandes o los adultos jóvenes pueden enfermarse gravemente.

Complicaciones

La mayoría de las personas se recuperan por completo. Si se desarrollan complicaciones como el SUH, puede haber consecuencias a largo plazo. Aproximadamente un tercio de las personas con SUH tienen un funcionamiento anormal de los riñones muchos años después, y unos pocos necesitan diálisis a largo plazo o trasplante de riñón. Otro 8% de las personas con SUH tienen otras complicaciones de por vida, como presión arterial alta, convulsiones, ceguera o parálisis. Incluso con buena atención médica, la tasa de mortalidad para el SUH es de 3% a 5%.

Pruebas y diagnóstico

La infección por STEC se diagnostica al detectar la bacteria en las heces. Todas las personas que repentinamente comienzan a experimentar diarrea con sangre deben consultar a un médico o analizar sus heces para detectar la presencia de STEC.

Tratamientos

La mayoría de las personas se recuperan sin antibióticos u otro tratamiento específico en un período de 5 a 10 días. Por lo general, no se recomienda el uso de antibióticos, ya que el tratamiento con antibióticos puede producir complicaciones. También deben evitarse los agentes antidiarreicos, como la loperamida (Imodium). El SUH es una enfermedad potencialmente mortal, generalmente tratada en una unidad de cuidados intensivos.

Prevención

- Cocine toda la carne molida y las hamburguesas por completo. Como la carne molida puede volverse marrón antes de que muera la bacteria que causa la enfermedad, use un termómetro para carne digital para asegurarse de que la cocción sea la correcta. La carne molida debe cocinarse hasta que el termómetro insertado en diferentes partes de la carne, incluida la parte más gruesa, lea al menos 160° F. Las personas que cocinan la carne molida sin usar un termómetro pueden reducir el riesgo de enfermedad evitando comer hamburguesas que todavía se vean de color rosado en el medio. Si le sirven una hamburguesa poco cocida u otro producto de carne de res poco cocido en un restaurante, envíelo de nuevo para más cocción. Además solicite un pan o plato nuevo limpio también.
- Evite diseminar la bacteria en su cocina. Mantenga la carne cruda separada de los alimentos listos para consumir. Lávese las manos, y lave las mesadas y utensilios con agua caliente y jabón después de tocar carne cruda. Nunca coloque la carne molida o las hamburguesas cocidas sobre el plato no lavado que tenía las hamburguesas sin cocinar. Lave los termómetros para carne durante las pruebas de las hamburguesas que requieren más cocción.

- Beba solo sidra, jugo o leche pasteurizada. El jugo comercial con una vida útil extendida que se vende a temperatura ambiente (por ejemplo, el jugo en las cajas de cartón, jugo cerrado al vacío en contenedores de vidrio) ha sido pasteurizado, aunque esto por lo general no se indica en las etiquetas. Los concentrados de jugo también se calientan lo suficiente como para matar a los patógenos.
- Lave bien las frutas y los vegetales, especialmente aquellos que no serán cocinados.
Hierva todos los vegetales durante al menos 15 segundos para reducir el riesgo.
- Beba agua potable que haya sido tratada con cloro y otros desinfectantes efectivos.
- Evite tragar agua de piletas o lagos mientras nade.
- Asegúrese de que las personas con diarrea, especialmente los niños, se laven bien las manos con jabón después de ir al baño para reducir el riesgo de transmitir la infección y que las personas se laven las manos después de cambiar pañales con heces.
- Los niños con diarrea no deben asistir a centros de cuidados diurnos como guarderías, y aquellos que manipulan alimentos no deben trabajar mientras se encuentran enfermos y con diarrea.
- Cualquier persona con diarrea también debe evitar ingresar a piscinas públicas o lagos, compartir baños con otros o preparar alimentos para otros.

Patrones de enfermedad

Los casos informados de STEC tienden a aumentar durante los meses de verano. Esto probablemente se debe al clima cálido, a comer afuera y a los alimentos que no se mantienen a una temperatura adecuadamente fría, lo que permite la reproducción de la bacteria.

Información adicional

Centros para el Control y Prevención de Enfermedades: <http://www.cdc.gov/ecoli/>

Esta hoja de datos brinda información general. Póngase en contacto con su médico para obtener información clínica específica.

Última revisión/actualización: 12 de julio de 2016