
La infección por E. coli en los niños

La Escherichia coli (E. coli) es una bacteria común que está presente en los intestinos de los seres humanos y de los animales. También se encuentra en el ambiente y en la comida. Algunos tipos (cepas) de E. coli son dañinas y pueden causar enfermedades graves. Usted o su hijo pueden infectarse al ingerir agua o alimentos contaminados con estas cepas de E. coli. La contaminación ocurre cuando la comida o el agua entran en contacto con las heces de seres humanos o animales infectados. Entre los alimentos frecuentemente relacionados con brotes de E. coli se encuentran los siguientes: carne (sobre todo la carne de res molida), coles, lechuga, salames y leche o jugos sin pasteurizar. Los eventos que involucran animales cerca de puestos de comida pueden poner a los niños en riesgo de infección por E. coli. Entre estos están los zoológicos donde se puede acariciar a los animales y las ferias de condado.

¿Cuáles son los síntomas más comunes de la infección por E. coli?

Los siguientes síntomas pueden aparecer de 2 a 5 días después de la infección:

- Diarrea acuosa o con sangre
- Cólicos abdominales fuertes
- Náuseas
- Cansancio
- Fiebre

También es posible que su hijo esté infectado y no tenga ningún síntoma.

¿Cómo se diagnostica la infección por E. coli?

El proveedor de atención médica de su hijo examina al niño. Se necesita una muestra de las heces para determinar la presencia de E. coli. A veces, puede ser necesaria más de una muestra.

¿Cómo se trata la infección por E. coli?

- La enfermedad puede durar de 5 a 10 días.
- Pueden recetarse medicamentos para matar bacterias (antibióticos) en caso de ser necesario. Pero la mayoría de los niños mejoran sin necesidad de tratamiento médico. En algunos casos, el tratamiento con antibióticos puede, de hecho, empeorar el estado del niño. Si le recetan antibióticos, asegúrese de que el niño termine todos los medicamentos.
- No le dé medicamentos para la diarrea, a menos que se lo indique el proveedor de atención médica de su hijo. Estos medicamentos pueden prolongar la enfermedad y disminuir la capacidad del organismo para eliminar la bacteria.
- Dele abundante cantidad de agua o una solución electrolítica pediátrica para beber. Esto ayudará a prevenir la deshidratación.

- Es posible que las bacterias tarden varias semanas en ser eliminadas del cuerpo del niño, incluso después de que los síntomas hayan desaparecido.

Cuándo llamar al proveedor de atención médica de su hijo

Llame al proveedor de atención médica de su hijo si le sucede lo siguiente:

- Tiene diarrea grave que dura más de 2 días.
- Muestra signos de deshidratación (orina muy oscura o escasa, mucha sed, boca seca, ausencia de lágrimas al llorar o mareo).
- Tiene sangre en las heces.

Nota: La E. coli puede causar una complicación grave que se presenta con más frecuencia en los niños pequeños (menores de 5 años) y se llama síndrome urémico hemolítico. Esta afección destruye las plaquetas y los glóbulos rojos y provoca insuficiencia renal. Lleve al niño a la sala de emergencias de inmediato si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Disminución de la cantidad de orina
- Hinchazón de los pies, las manos o la cara (a consecuencia de la retención de líquido)
- Parece estar muy cansado, se mueve muy despacio o no responde
- Llora de forma inconsolable
- Fiebre superior a 100.4 ° F (38 °C) junto con otros síntomas preocupantes
- Convulsiones

¿Cómo se puede prevenir la infección por E. coli?



Para reducir las probabilidades de que su hijo transmita la infección por E. coli, haga lo siguiente:

- Límpiele bien las nalgas cuando le esté cambiando los pañales. Después, lávese las manos con agua y jabón. Haga lo mismo con el niño.
- No lleve el niño a la guardería o la escuela hasta que lo autorice el proveedor de atención médica.

Para disminuir las probabilidades de una infección por E. coli en el futuro, haga lo siguiente:

- Lávese a menudo las manos con agua corriente limpia y jabón (durante al menos 20 segundos, restregándose las manos). Hágalo sobre todo antes de preparar y consumir las comidas, después de ir al baño, de limpiarse la nariz, de estornudar o toser o de haber estado en contacto con algún animal doméstico y sus excrementos u orina. Enséñele a su hijo a hacer lo mismo.
- Use un termómetro para alimentos cuando cocine. Cocine la carne de ave a 165 °F (73.8 °C) como mínimo. Cocine la carne de cerdo, de res y de cordero a 145 °F (62.7 °C) como mínimo. Cocine la carne molida a 160 °F (71.1 °C) como mínimo.
- Lave o pele las verduras crudas antes de comerlas.
- Si bebe leche, jugos de fruta o sidras, asegúrese de que estén pasteurizados.
- Lave los utensilios de cocina y las tablas de cortar con agua caliente y jabón después de cada uso. Lave las mesadas de la cocina con cloro o desinfectante.
- No trague ni beba agua de piscinas, lagos, arroyos ni ríos. Cuando esté en un camping o de viaje fuera de su país, evite beber agua o cocinar con agua, a menos que tenga la certeza de que no está contaminada. En caso necesario, hierva el agua durante 1 minuto como mínimo antes de usarla. O use un filtro de agua portátil fabricado especialmente para eliminar bacterias. También puede utilizar pastillas para purificar y eliminar las bacterias del agua dulce.
- Si bebe agua de pozo, solicite que la analicen una vez al año para ver si tiene microbios, como la bacteria E. coli.
- Cuando visite un zoológico o una feria, lleve abundante desinfectante de manos. Asegúrese de que usted y su hijo utilicen con frecuencia los lavamanos disponibles o el desinfectante para manos. Haga esto, sobre todo, después de tocar animales y antes de tocar cualquier alimento.