

---

# Estafilococos áureos resistentes a la meticilina (SARM)

Las bacterias *Staphylococcus aureus*, o estafilococos, son microbios comunes. Por lo general, se encuentran en la nariz o en la piel. Por lo general, no causan problemas. A veces, pueden causar infecciones leves en la piel. Pero, otras veces, pueden causar una infección grave. Se puede desarrollar en la piel, los pulmones, la sangre o en otros tejidos u órganos del cuerpo.

Algunas infecciones por estafilococos pueden tratarse fácilmente con antibióticos comunes. Pero un tipo de infección por estafilococos es más difícil de tratar. Este tipo de estafilococo áureo se denomina SARM (estafilococo áureo resistente a la meticilina). El SARM no puede tratarse con antibióticos de la familia de la penicilina, como la meticilina. Se ha vuelto resistente a esta clase de antibióticos, por lo que ya no funcionan. Si no se trata bien, una infección por SARM puede ser muy grave. Incluso puede causar la muerte.

La infección por SARM es habitual en hospitales. También es frecuente en hogares de ancianos y centros de atención de largo plazo. Ahora es más común en niños y adultos sanos que viven en la comunidad. Este se denomina SARM adquirido en la comunidad.

## ¿Cómo se transmite el SARM?

Es posible que una persona no presente síntomas pero sea portadora del SARM. O podría sentirse mal. Puede propagar los gérmenes del SARM a otras personas de las siguientes maneras:

- **Colonización de SARM.** Esto significa que tiene la bacteria SARM viviendo en el cuerpo, pero no está enfermo. Por lo general, el SARM se encuentra en los nostrilos o en la piel. Una persona colonizada puede transmitir SARM a otras.
- **Infección por SARM.** Esto significa que está enfermo por la bacteria. Puede contagiar SARM a otras personas.

En hospitales y centros de cuidados a largo plazo, el SARM puede contagiarse de un paciente a otro por las manos de los profesionales de atención médica. Puede propagarse por objetos como las manijas de los carros, los picaportes y las barandillas de las camas.

Fuera de los centros de atención médica, el SARM suele contagiarse de las siguientes formas:

- Contacto piel con piel
- Toallas compartidas
- Equipos de gimnasio o deportes compartidos
- Contacto estrecho con una persona colonizada o infectada

## ¿Quién corre riesgo de contraer SARM?

Todas las personas están en riesgo de contraer SARM. Pero algunos factores aumentan el riesgo. Entre ellos, se encuentran los siguientes:

- 
- Hospitalización reciente o prolongada
  - Presencia de una herida quirúrgica o una vía intravenosa
  - Sistema inmunitario débil debido a una afección o un tratamiento
  - Residencia en un hogar de ancianos o en un centro de cuidados de largo plazo
  - Tratamiento reciente con antibióticos
  - Diabetes
  - Diálisis renal
  - Infección por VIH
  - Inyectarse drogas ilícitas o compartir agujas
  - Detención o prisión
  - Vivir en un lugar concurrido, como un dormitorio universitario
  - Servicio militar
  - Compartir equipos de gimnasio o deportes
  - Compartir hojas de afeitar u otros objetos cortantes

## ¿Cuáles son los síntomas de la infección por SARM?

Por lo general, una infección de la piel por SARM comienza con pequeños bultos rojos en la piel. Son como granos. Esos bultos pequeños pueden crecer. Pueden hincharse, doler, sentirse calientes al tacto y estar llenos de líquido (pus). El SARM puede causar abscesos cutáneos. Los bultos más grandes se llaman ántrax o forúnculos. Puede que también tenga fiebre.

El SARM también puede iniciarse de otras formas, o propagarse desde la piel al torrente sanguíneo a través de desgarros microscópicos en la piel. Desde el torrente sanguíneo, el SARM puede propagarse más profundamente en el cuerpo. El SARM puede causar problemas graves como los siguientes:

- Infecciones en los huesos, músculos y otros tejidos
- Neumonía, una infección en uno o los dos pulmones
- Infección de la herida de una operación
- Infección en el torrente sanguíneo (bacteriemia y sepsis)
- Infección del revestimiento del corazón (endocarditis)
- Infección de las vías urinarias (vejiga y riñones)

Cada uno de estos tipos de infección grave tiene distintos síntomas. Pueden incluir, por ejemplo, lo siguiente:

- Dolor

- Cansancio
- Fiebre alta
- Dificultad para respirar
- Mareos

## ¿Cómo se diagnostica la SARM?

**Para diagnosticar una infección, se hace lo siguiente:** El proveedor de atención médica le tomará una muestra de sangre, de orina o de tejido infectado.

**Para diagnosticar una colonización, se hace lo siguiente:** Un proveedor de atención médica tomará una muestra del interior de la nariz con un hisopo. O pueden tomarse muestras de la piel en otras partes del cuerpo.

La muestra se envía a un laboratorio. Se analiza si tiene SARM. Si la infección afecta huesos, articulaciones u otros órganos, puede hacerse un análisis de sangre o una biopsia. Quizá se necesiten pruebas de diagnóstico por imágenes. Por ejemplo, radiografías o tomografías computarizadas.

## ¿Cómo se trata el SARM?

Para una infección por SARM en la piel no suelen necesitarse medicamentos antibióticos. Es cuando la infección solo está en la piel y hay granos o un forúnculo pequeño. Eso se puede tratar con compresas de agua tibia y con drenaje del líquido de los forúnculos.

Si la infección avanza, el SARM suele tratarse con medicamentos antibióticos. Esto puede hacerse junto con drenajes de los forúnculos. El antibiótico se puede administrar por boca en forma de pastilla. O se puede administrar por vía intravenosa.

Las personas con resultado positivo en los análisis de infección o colonización por SARM pueden someterse a un proceso llamado descolonización. Se recetan antibióticos que se aplican dentro de la nariz o en las fosas nasales. Es para matar las bacterias. Es posible que se use un jabón especial para matar las bacterias en la piel. La familia y los contactos estrechos de la persona también suelen requerir el mismo proceso de descolonización. También podría ser necesario hacer el tratamiento en las casas para matar la bacteria.

## ¿Se pueden prevenir las infecciones por SARM?



En los hospitales y hogares de ancianos se previene el SARM con las siguientes medidas:

- **Lavado de las manos.** Es la manera más importante de evitar que se propaguen los microbios. Los profesionales de atención médica deben frotarse las manos con agua corriente limpia y jabón durante por lo menos 20 segundos antes y después de atender a cada persona. Deben frotarse entre los dedos y debajo de las uñas. Deben lavarse las manos después de tocar cualquier superficie que pueda tener microbios. Si no tienen jabón y agua, deben usar un limpiador que contenga, al menos, un 60 % de alcohol.
- **Ropa de protección.** Los profesionales de atención médica y los visitantes pueden ponerse guantes y una bata cuando entran en la habitación de una persona infectada por SARM. Luego, deben quitarse estos artículos antes de irse.
- **Habitaciones privadas.** Las personas infectadas por SARM se alojan en habitaciones privadas para evitar la propagación de la infección.
- **Dispositivos distintos.** Las personas con SARM pueden tener sus propios dispositivos de atención médica, como termómetros y estetoscopios. Estos artículos permanecerán en la habitación de la persona.
- **Vigilancia.** En los hospitales se vigila la propagación del SARM. Se capacita al personal sobre las mejores maneras de prevenirlo.

Si tiene SARM, puede ayudar para evitar los contagios. Asegúrese de hacer lo siguiente:

- Pida a todos los miembros del personal y a los visitantes del hospital que se laven las manos antes y después de tocarlo. No tema decir lo que piensa y lo que le preocupa.
- Lávese las manos con agua y jabón a menudo. O use un desinfectante para manos con, al menos, un 60 % de alcohol.

- Pida que limpien los estetoscopios y demás instrumentos con alcohol antes de que los usen con usted.
- Si tiene una infección en la piel, asegúrese de que le hagan la prueba de SARM.

Si está cuidando a una persona que tiene SARM:

- Lave bien sus manos con agua y jabón antes y después de cada contacto con la persona. Vea abajo los consejos para el lavado de manos.
- Póngase guantes cuando vaya a cambiar un apósito o tocar una herida. Deseche los guantes después de cada uso. Luego, lávese bien las manos.
- Lave las sábanas, las toallas y la ropa de la persona en agua caliente con detergente y blanqueador líquido (cloro).

Todos pueden ayudar a prevenir el SARM de las siguientes formas:

- Lávese las manos a menudo con agua corriente limpia y jabón.
- Si no tiene agua y jabón, use un desinfectante para manos con, al menos, un 60 % de alcohol.
- Mantenga cualquier cortada y rasguño limpios y protegidos hasta que cicatricen.
- Cúbrase la nariz y la boca al toser o estornudar. Inmediatamente después, lávese las manos o use un desinfectante para manos a base de alcohol.
- No toque las heridas ni los apósitos de otras personas.
- No comparta toallas, rasuradoras, ropa ni equipos deportivos.

## Consejos para el lavado de manos

Haga lo siguiente para lavarse bien las manos:

- Mójese las manos con agua corriente limpia. Aplique jabón.
- Frótese bien las manos.
- Lávese las manos completas de ambos lados.
- Limpie abajo de las uñas, entre los dedos y hasta las muñecas.
- Hágalo durante al menos 20 segundos.
- Enjuague y deje que el agua le baje por los dedos, no hacia las muñecas.
- Séquese bien las manos con una toalla de papel descartable. Use una toalla de papel para cerrar la llave de agua y abrir la puerta.

Si no tiene agua y jabón, use un desinfectante para manos que tenga, al menos, un 60 % de alcohol. Cómo hacerlo:

- Apriete el frasco hasta colocarse aproximadamente una cucharada de desinfectante en la palma de una mano.
- Frótese las manos con fuerza.

- 
- Limpie el dorso de las manos, las palmas, el espacio entre los dedos y hasta las muñecas.
  - Restriegue hasta que tenga las manos secas.