

# ¿Qué es la intoxicación por alimentos con Shigella?

La shigelosis es una enfermedad digestiva que se debe a una infección por bacterias.

## Cómo se pronuncia

yi-gue-LO-sis

## ¿Cuáles son las causas de la intoxicación por alimentos con Shigella?

La shigelosis se debe a la bacteria llamada Shigella. Es más común en niños pequeños. Puede contraerla a través del contacto con las heces de una persona infectada. También puede contraerla si consume alimentos o bebe agua contaminados con esta bacteria. Las frutas y las verduras crudas son la fuente alimentaria más común. Las frutas y las verduras pueden contaminarse en los campos de cultivo o al ser manipulados por operarios infectados. Si una persona infectada manipula los alimentos, también puede diseminar la bacteria. También puede contraer shigelosis en los siguientes casos:

- Toca una superficie contaminada y se toca la boca con esa mano
- Nada en agua contaminada y traga agua, por ejemplo, en una piscina comunitaria, y le entran las bacterias por la boca

## ¿Cuáles son los síntomas de una intoxicación por alimentos con Shigella?

Los síntomas suelen comenzar entre 1 y 3 días después de haberse expuesto a la bacteria. Pero es posible que no tenga síntomas hasta una semana después. La infección puede ser más grave en los niños y en los adultos mayores. Los síntomas suelen durar unos días. Por ejemplo:

- Fiebre
- Dolor o cólicos estomacales
- Diarrea aguada
- Diarrea con sangre en los casos graves
- Urgencia dolorosa por ir al baño

Es posible tener síntomas más graves, pero son muy poco frecuentes. Los síntomas graves incluyen convulsiones, un orificio o úlcera en el intestino e, incluso, la muerte.

Los microbios de Shigella pueden permanecer en las heces durante hasta 3 semanas después de que desaparece la diarrea. Por ello, evite tener relaciones sexuales (anales, orales o vaginales) con su pareja durante, al menos, 1 semana después de que desaparezca la diarrea. Tenga siempre relaciones sexuales seguras.

## ¿Cómo se trata la intoxicación por alimentos con Shigella?

No hay ninguna vacuna para prevenir la shigelosis. La mayoría de las personas con esta enfermedad mejoran dentro de los 7 días siguientes. Los tratamientos incluyen lo siguiente:

- **Reposo.** Puede que se sienta mejor más rápidamente si descansa mucho.
- **Líquidos.** Beber abundante cantidad de líquidos le permite permanecer hidratado. No tome bebidas alcohólicas ni con cafeína.
- **Medicamentos.** En casos graves, el proveedor de atención médica puede indicar antibióticos. Pero la mayoría de las personas mejora sin usar este tipo de medicamentos. Generalmente, no se administran medicamentos para reducir o detener la diarrea.

## ¿Cuándo debo llamar al proveedor de atención médica?

Llame al proveedor de atención médica de inmediato ante cualquiera de los siguientes signos o síntomas:

- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior, o según le indique el proveedor de atención médica
- Dolor que empeora
- Síntomas que no se alivian o que empeoran
- Síntomas nuevos