
¿Qué es la yersiniosis?

La yersiniosis es una enfermedad transmitida por los alimentos. Provoca inflamación en el intestino delgado y en el colon. Es más común en los niños.

Cómo se pronuncia

yer-si-NIO-sis

¿Cuáles son las causas de la yersiniosis?

La yersiniosis es causada por la bacteria *Yersinia*. Si consume alimentos o bebe agua contaminados con la bacteria, puede contraer la enfermedad. Los alimentos y el agua pueden contaminarse por las heces de animales infectados. Las fuentes de alimentos más comunes incluyen lo siguiente:

- Cerdo crudo o poco cocido
- Leche y otros productos lácteos
- Verduras crudas, como la lechuga o las zanahorias

También puede contraer yersiniosis si tiene contacto cercano con animales infectados, como cerdos o roedores. Se puede prevenir si manipula y cocina alimentos, como el cerdo, en forma segura. Siga siempre las técnicas correctas para el lavado de manos. Lave con agua y jabón los utensilios y las superficies que usa para cortar a fin de mantenerlos limpios. Lavarse bien las manos es muy importante cuando prepara alimentos como panza y tripas de cerdo. La yersiniosis se puede transmitir a los bebés y a los niños si se tocan los biberones, los chupetes y los juguetes con las manos contaminadas.

Las siguientes son algunas sugerencias para prevenir la yersiniosis:

- Lávese las manos con agua y jabón antes de comer y preparar alimentos, después del contacto con animales y sus heces y después de manipular carne cruda.
- Lávese bien las manos después de manipular tripas de cerdo crudas. Los niños pequeños corren un mayor riesgo de contraer yersiniosis; por ello, lávese bien las manos antes de tocar a un bebé y sus juguetes, biberones u otros artículos del bebé.
- No coma cerdo crudo o poco cocido. Cocine el cerdo molido a 160 °F (71 °C) como mínimo. Cocine el cerdo fresco a 145 °F (63 °C) como mínimo.
- Beba solamente leche y productos lácteos pasteurizados.
- Use distintas tablas de cortar para la carne y para los demás alimentos. Limpie todas las tablas de cortar, las mesadas y los utensilios con agua caliente y jabón o con un limpiador con lejía después de preparar carne cruda.

¿Cuáles son los síntomas de la yersiniosis?

Los síntomas de la yersiniosis suelen tomar entre unos días y una semana para aparecer después de la infección. Suelen ser leves. Pero pueden durar entre 2 y 3 semanas. En ocasiones, las personas tienen síntomas que duran hasta 1 año. Pueden incluir lo siguiente:

- Fiebre
- Diarrea, que a veces puede tener rastros de sangre
- Náuseas y vómitos
- Dolor en el lado derecho inferior, que puede confundirse con apendicitis
- Dolor de garganta
- Sarpullido
- Dolor de cabeza
- Dolor en las articulaciones y en los músculos

La yersiniosis también puede causar problemas en el corazón, los ojos, el hígado y los riñones. Esto es más probable que ocurra en las personas que tienen el sistema inmunitario débil.

¿Cómo se trata la yersiniosis?

No hay ninguna vacuna para prevenir la yersiniosis. Pero la mayoría de las personas mejora dentro de un par de semanas. 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.** Los antibióticos pueden matar las bacterias. Pero solo suelen usarse en casos graves.

¿Cuáles son las complicaciones de la yersiniosis?

La mayoría de las complicaciones de la yersiniosis son poco frecuentes. Pueden incluir lo siguiente:

- Bultos enrojecidos dolorosos debajo de la piel (eritema nudoso)
- Artritis
- Problemas estomacales y digestivos
- Envenenamiento de la sangre

¿Cuándo debo llamar al proveedor de atención médica?

Llame al proveedor de atención médica de inmediato si tiene alguno de estos síntomas:

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

-
- Síntomas nuevos