



La diarrea del viajero



Descripción general

Esta es una infección en el aparato digestivo. Produce materia fecal suelta y acuosa. La diarrea del viajero recibe ese nombre debido a que a menudo ocurre después de visitas a lugares con poca higiene pública.

Causas

¿Cuál es la causa? Generalmente proviene de alimentos o agua contaminados. Comer o beber algo que no se ha preparado, manipulado o almacenado correctamente, pueden permitir que bacterias dañinas entren en su cuerpo. O bien, puede infectarse con un virus o parásito. Por lo tanto, tenga cuidado con lo que come y bebe. Evite cualquier cosa que pueda estar contaminada. Use únicamente agua que haya sido hervida o desinfectada. Y siempre lávese las manos después de ir al baño.

Síntomas

Además de heces sueltas y acuosas, pueden producirse otros síntomas como náuseas, vómitos y dolor o calambres abdominales. Es posible que tenga dificultad para llegar al baño a tiempo. Es posible que aparezca sangre en sus heces. Y, puede ser que se sienta cansado e hinchado.

Tratamiento

La diarrea del viajero por lo general no dura más que unos pocos días. Mientras dura, hay que beber mucho líquido para mantenerse hidratado. Si sus síntomas son severos, o si su condición no mejora, consulte a su médico. Es posible que necesite medicamentos.