

## ¿Qué es la Giardia?

- Es un parásito que puede causar enfermedades.
- El parásito se encuentra en las heces/excrementos (evacuación intestinal) de una persona o animal infectado.
- Los parásitos pueden contaminar los riachuelos, lagos y las aguas subterráneas. Esta agua contaminada es la fuente común de infección.

## ¿Cuáles son los síntomas?

Después de haber sido expuesto a los parásitos, la enfermedad aparece generalmente en una o dos semanas. Sin embargo, se puede tardar hasta un mes en ponerse enfermo.

La enfermedad puede ser leve o grave. Algunas personas no se sienten enfermas en absoluto, pero pueden aún así infectar a otras personas.

Algunos de los síntomas incluyen:

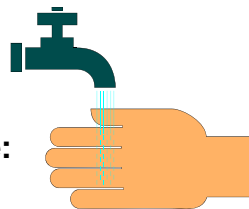
- Diarrea
- Dolor de estómago (retortijón abdominal)
- Náusea
- Hinchazón y gases
- Mal olor, heces/excrementos grasientos que tienden a flotar en el agua
- No tener ganas de comer
- Pérdida de peso

## ¿Cómo se contagia la Giardia?

- Al beber agua contaminada de los ríos y los riachuelos.
- Al no lavarse las manos después de tocar o cuidar animales.
- Al no lavarse las manos después de usar el baño o de cambiar un pañal.
- No lavarse las manos antes de preparar comida, comer alimentos o alimentar a otros
- Comiendo alimentos contaminados con la Giardia

## ¿Cómo puede evitar el contagio de la Giardia?

**Lávese las manos con jabón y agua, especialmente:**



- Después de usar el baño.
  - Después de cambiar un pañal.
  - Después de tratar con animales.
  - Lave y pele todas las frutas y verduras crudas antes de comerlas.
- Limpie y desinfecte los muebles y objetos del baño después que lo haya usado una persona enferma.**
- Después de limpiarlo puede usar **1 cucharada grande** de cloro en **1 galón** de agua fría o templada para desinfectar.

## ¡No beba agua que no ha sido tratada/procesada!

**Si no puede evitar usar o beber agua que ha sido contaminada, entonces debe asegurarse de que esta agua sea segura haciendo uno de los siguientes pasos:**

- Ponga el agua a hervir y déjela que hierva durante 1 minuto, o
- Use un filtro que tenga un tamaño para poro absoluto de al menos 1 micra (micrón) o uno que haya sido aprobado por NSF para “remover quistes”.
- Si no puede calentar el agua hasta que hierva ni usar el filtro recomendado, entonces debe tratar el agua con químicos por desinfección con cloro o por ionización.

Usar químicos puede ser menos efectivo que hervir o filtrar porque la cantidad de químicos requerida para hacer el agua segura depende grandemente de la temperatura, pH y lo turbia que está el agua.

## ¿Qué más debo saber?

- **Las personas que manipulan alimentos, trabajan en cuidados de salud y los proveedores de cuidados de niños** que tengan diarrea no deberían trabajar.
- Si su hijo(a) tiene diarrea **manténgalo en su casa e informe a la persona que lo cuida o guardería.**



# Prevenga la Giardia

El Departamento de Salud del Condado Marion provee servicios sin importar la raza, religión, color, origen nacional, sexo, edad, estado marital, discapacidad mental o física, afiliación política u orientación sexual.

**Si tiene preguntas llame al:**



Dpto. Salud Condado Marion  
3180 Center St NE  
Salem, OR 97301

(503) 588-5342  
(503) 588-5400 TDD

