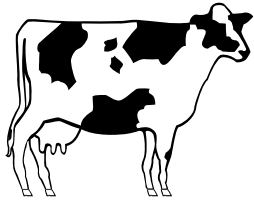


¿Qué es la Escherichia coli 0157?

- Una rama de la bacteria que puede causar enfermedades graves.
- La bacteria puede encontrarse en los intestinos de los animales, especialmente en el ganado



¿Cuáles son los síntomas?

Después de ser expuesto a la bacteria, generalmente aparece a los 3-4 días (a veces se toma de 2-10 días).

La enfermedad puede ser leve o severa. Algunas personas pueden no sentirse enfermos en absoluto, pero pueden infectar a otros.

Algunos síntomas incluyen:

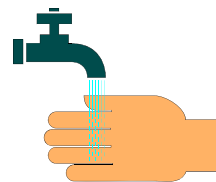
- Retortijones abdominales
- Diarrea que puede contener sangre
- Generalmente poca fiebre o ninguna
- Algunas personas, especialmente los niños menores de 5 años y los ancianos, pueden desarrollar complicaciones como insuficiencia renal o daño permanente a los riñones

¿Cómo se contagia E. coli 0157:H7?

- Al beber leche no pasteurizada, agua no procesada o jugos no pasteurizados.
- Al comer carnes contaminadas con esta bacteria, especialmente carne molida de res que no se cocina completamente.
- Comer o beber agua o alimentos contaminados.
- No lavarse las manos después de usar el baño o cambiar pañales.
- No lavarse las manos antes de preparar comida, comer alimentos o alimentar a otros.

¿Cómo puede evitar contagiarse con E. coli 0157?

Lávese las manos con agua y jabón, especialmente:



- Después de usar el baño
- Después de cambiar un pañal
- Después de tocar o cuidar a algún animal
- Después de manejar carne o aves crudas
- Antes de manejar alimentos o comer



¡Limpie y Desinfecte las Superficies Contaminadas!

Después de limpiar, puede usar **1 cuchara grande** de cloro en **1 galón** de agua fría o templada para desinfectar:

- Los artefactos/muebles del baño después que la persona enferma los haya usado.
- Juguetes y muebles para niños después que el niño enfermo los haya usado.

¡Prepare los alimentos de forma segura!

- Cocine toda la carne molida o las hamburguesas a 160° F. **Use un termómetro para la carne.** Aunque la carne tenga un color café o gris puede contener bacteria viva.
- Si le sirven una hamburguesa de color rosado en un restaurante, pídale que la cocinen más.
- Beba solamente leche y productos de la leche, jugos y sidra pasteurizados.
- Una persona con diarrea **no debería** preparar alimentos para otros.
- Use una tabla para cortar carne o aves que no es usada para otros alimentos. Limpie las tablas y cuchillos para cortar carne con agua caliente con jabón y enjuáguelos con una solución de cloro.

¿Qué más debe 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 tienen E coli, el Departamento de Salud decidirá cuándo sería seguro que regresen a trabajar.

- **Si su hijo tiene diarrea, mantenga a su hijo en casa e informe a la persona que lo cuida** que su hijo tiene diarrea.

Si su hijo tiene E coli, el Departamento de Salud decidirá cuándo sería seguro que su hijo regresara a la guardería.



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

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

Prevenga el E. Coli O157

