



## WHAT IS ETEC?

ETEC is a bacteria that causes diarrhea. It is often the cause of "traveler's diarrhea." The toxins created by the bacteria cause the intestines to release excess fluid. This increase in fluid causes watery diarrhea.

## HOW IS ETEC SPREAD?

ETEC is spread by eating food or drinking water with the bacteria in it. People may also get it through contact with infected animals or the poop of an infected person.

## WHAT ARE THE SIGNS AND SYMPTOMS OF ETEC?

Symptoms may begin 10-72 hours after exposure. Symptoms tend to go away within 5 days but may last for up to 3 weeks. People infected with ETEC may have:

- Watery diarrhea
- Abdominal/stomach pain
- Fever and/or chills
- Nausea and/or vomiting
- Loss of appetite
- Headache
- Muscle pain

## WHAT IS THE TREATMENT FOR ETEC?

Antibiotics can shorten the duration of diarrhea. Most healthy people will recover without treatment. It is recommended to drink plenty of water and rest.

## HOW CAN YOU PREVENT AN ETEC INFECTION?

- Wash your hands with hot soapy water
- Follow food safety recommendations
  - Clean kitchen surfaces often
  - Separate raw meat and other food products
  - Cook foods to the right temperature
  - Refrigerate perishable foods before they spoil
- Do not drink unsafe water
- Do not drink raw milk or cider

## FOLLOW UP

- Do not prepare food for others if you have diarrhea
- Disinfect bathrooms and shared surfaces/appliances. Also, disinfect toys. Use 1 tablespoon of bleach to 1 gallon of cool or lukewarm water.
- For two weeks after diarrhea has stopped avoid going into: pools, hot tubs, splash pads, oceans, lakes, or rivers

SCAN ME 

## COMMUNICABLE DISEASE

3160 Center Street NE

Salem, OR 97301

Phone: 503-588-5621

<https://www.co.marion.or.us>

FOR MORE INFORMATION

VISIT THE CDC PAGE AT

[WWW.CDC.GOV/ECOLI](http://WWW.CDC.GOV/ECOLI)

OR SCAN QR CODE





## ¿QUÉ ES ETEC?

Escherichia coli Enterotoxigénica (ETEC) es una bacteria que causa diarrea. Es la causa principal de la "diarrea del viajero". Las toxinas creadas por las bacterias hacen que los intestinos liberen mucho líquido. Este aumento de líquido causa diarrea líquida.

## ¿CÓMO SE TRANSMITE ETEC?

ETEC se transmite al comer alimentos o beber agua que contenga la bacteria. Las personas también pueden contraerlo a través del contacto con animales infectados o las heces (popó) de una persona infectada.

## ¿CUÁLES SON LOS SINTOMAS DE ETEC?

Los síntomas pueden comenzar entre 10 y 72 horas después de la exposición. Los síntomas tienden a desaparecer en 5 días, pero pueden durar hasta 3 semanas. Las personas infectadas con ETEC pueden tener:

- Diarrea líquida
- Dolor abdominal/estómago
- Náuseas o vómitos
- Fiebre y/o escalofríos
- Pérdida de apetito
- Dolor de cabeza
- Dolor muscular

## ¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO PARA ETEC?

Los antibióticos pueden reducir la duración de la diarrea. La mayoría de las personas sanas se recuperan sin tratamiento. Se recomienda beber mucha agua y descansar.

## ¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR UNA INFECCIÓN POR ETEC?

- Lávese las manos con agua caliente y jabón
- Siga las recomendaciones de seguridad alimentaria
  - Limpie las superficies de la cocina con frecuencia
  - Separe la carne cruda y otros productos alimenticios
  - Cocine los alimentos a la temperatura adecuada
  - Refrigere los alimentos perecederos antes de que se echen a perder
- Evite tomar agua contaminada
- Beba únicamente leche, productos lácteos, jugos y sidra pasteurizados

## ¿QUE MAS?

- No prepare comida para otras personas si tiene diarrea.
- Desinfecte baños y superficies/electrodomésticos compartidos. También desinfecte los juguetes. Use 1 cucharada de cloro por 1 galón de agua fría o tibia.
- Durante dos semanas después de que haya desaparecido la diarrea, evite entrar a: piscinas, jacuzzis, áreas de chapoteo, océanos, lagos o ríos.

ESCANEE AQUI 

## COMMUNICABLE DISEASE

3160 Center Street NE

Salem, OR 97301

Phone: 503-588-5621

<https://www.co.marion.or.us>

\*PARA MÁS INFORMACIÓN

VISITE LA PÁGINA DE CDC

\*ESTA PÁGINA SOLO ESTÁ DISPONIBLE EN INGLÉS.  
POR FAVOR LLÁMENOS SI TIENE ALGUNA PREGUNTA

