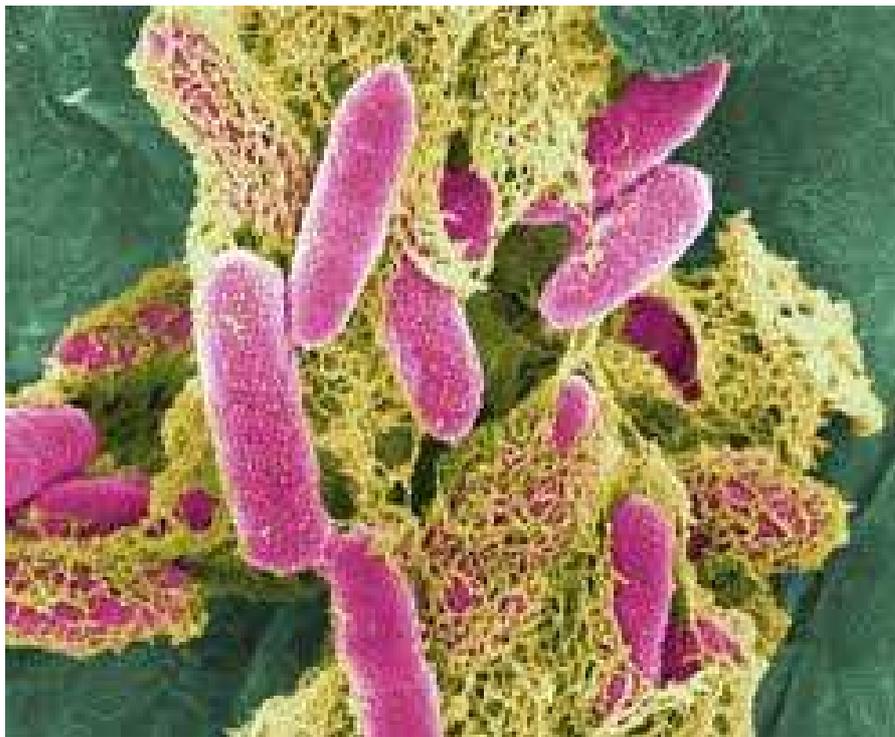




COLEGIO HISPANO INGLÉS



ESCHERICHIA COLI



CONSEJOS PARA PADRES Y EDUCADORES

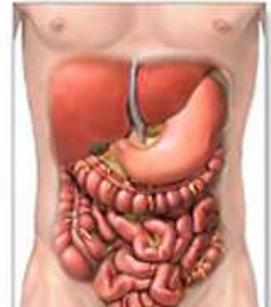


COLEGIO HISPANO INGLÉS



¿Dónde está E .coli?

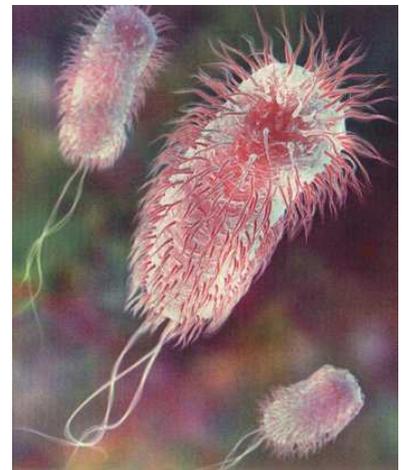
La bacteria Escherichia coli, también conocida por la abreviación de su nombre, E. coli, es quizás el organismo procariota mas estudiado por el ser humano. Esta bacteria se encuentra generalmente en los intestinos de la mayor parte de los mamíferos sanos, y por ende en las aguas negras.



Esta bacteria actúa como un comensal formando parte de la flora intestinal y ayudando así en la absorción de nutrientes, además de producir las vitaminas B y K. En humanos, la Escherichia coli coloniza el tracto gastrointestinal de un neonato adhiriéndose a las mucosidades del intestino grueso en el plazo de 48 horas después de la primera comida.

¿E. coli O157:H7?

La Escherichia coli O157:H7, es una de la cientos de cepa de E. coli. Aunque la mayoría de las cepas son inofensivas y beneficiosas para el organismo, esta cepa en concreto es un tipo que vive en los intestinos del ganado saludable que puede causar enfermedades severas en humanos.



¿Quiénes son los grupos de riesgo?

El grupo de riesgo comprende prácticamente a todas las personas, inmunocompetentes o no. Los niños menores de 5 años de edad con problemas de alimentación, así como los ancianos son los mas susceptibles de sufrir complicaciones graves de la enfermedad.



COLEGIO HISPANO INGLÉS



¿Sintomatología E. coli O157:H7?

La infección frecuentemente causa severa diarrea con sangrado y dolor de estómago con poca o nada de fiebre. Los síntomas normalmente comienzan de 2 a 5 días después de su exposición y duran de 5 a 10 días. Algunas de estas cepas producen una potente toxina y pueden ocasionar enfermedades graves.



Las personas infectadas con E. coli O157:H7 pueden desarrollar una condición llamada Síndrome Hemolítico Urémico o “SUH”, el cual produce un síndrome renal agudo que puede provocar la muerte.

¿Cómo se transmite E. coli O157: H7?

Las personas se pueden infectar con E. coli por medio de:

- Comer productos de res poco cocidos, particularmente carne de res molida.
- Tomar leche y jugos de frutas sin pasteurización, incluyendo la sidra de manzana.
- Comer frutas y vegetales crudos sin lavar y sin desinfectar.
- Nadar o tomar agua que ha sido contaminada con excrementos de animal o humano.

¿Cómo se puede evitar la infección por E. coli O157: H7?

*Siempre lave sus manos con jabón y agua

- Después de usar el baño
- Después de cambiar pañales





COLEGIO HISPANO INGLÉS



- Después de limpiar baños
- Después de manipular toallas o ropa sucia
- Antes de comer

*Tome solamente productos de leche y jugos de fruta pasteurizados

*Coma siempre la fruta y los vegetales crudos bien lavados y desinfectados (con lejía alimentaria)

*En la preparación de alimentos tenga las siguientes precauciones:

- Utilice una tabla de cortar (de teflón) aparte para carne cruda
- Cocine toda la carne, hasta que de su interior los jugos salgan claros y su interior este todo gris o marrón (no rosado)
- Utilice siempre platos y utensilios limpios para la carne ya cocinada
- Nunca ponga de nuevo la carne cocida en el plato que utilizó para la carne cruda



REFERENCIAS

- www.in.gov
- www.aesan.com
- www.wikipedia.org

