

Shigelosis

La shigelosis es una infección causada por la bacteria shigela. Cualquier persona puede contraer shigelosis, pero se da mayormente en niños de 5 años o menos. La bacteria es la causante de unas 500 000 infecciones al año en los Estados Unidos.

Transmisión

La bacteria *shigela* puede propagarse fácil y rápidamente, sobre todo entre los niños pequeños en casa y en la escuela. Cualquiera puede contraer shigelosis cuando la bacteria entra en la boca, lo que puede ocurrir por:

- Comer alimentos o ingerir una bebida que ha sido preparada o tocada por alguien que tiene shigelosis y contamina el alimento o la bebida con bacterias.
- Tocar superficies que ya contengan la bacteria, tales como: juguetes, accesorios de baños, perillas de puertas y mesas para cambiar pañales.
- Tener contacto directo con las heces (excremento), como cambiar el pañal a un niño con shigelosis o cuidar a alguien con shigelosis.
- Tragar agua contaminada al nadar o jugar.

Síntomas

Los síntomas de la shigelosis pueden aparecer entre uno y siete días después de la exposición y suelen durar hasta siete días. Estos síntomas pueden incluir:

- Diarrea leve o severa (puede haber sangre o mucosidad en las heces)
- Fiebre
- Nauseas
- Dolor de estómago o cólicos estomacales
- Sensación de querer defecar, incluso cuando los intestinos están vacíos.

Algunas personas con shigelosis pueden no presentar síntomas.

Prevención

Pasos para prevenir la propagación de la bacteria shigela en casa y en su comunidad:

- Quédese en casa cuando esté enfermo y no lleve a los niños enfermos a la guardería ni al colegio.
- Lávese las manos con frecuencia con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos, sobre todo antes de comer o preparar alimentos y después de ir al baño o cambiar un pañal.
 - Ayude a los niños a lavarse las manos con frecuencia. Utilice desinfectante de manos con al menos un 60% de alcohol cuando no disponga de agua y jabón.
- No prepare ni comparta alimentos o bebidas cuando esté enfermo.

- Si un niño está enfermo, no debe compartir juguetes con los demás niños.
- No comparta toallas.
- Limpie y desinfecte todos los objetos y superficies que puedan haber sido utilizados o tocados por alguien con shigelosis (como juguetes, perillas de puertas, pasamanos, mesas, fregaderos, tazas y mesas para cambiar pañales).

Tratamiento

La mayoría de las personas con shigelosis mejoran por sí solas entre cinco y siete días. Cuando los casos son casos graves, su proveedor de atención de salud puede recetarle antibióticos para tratar la enfermedad. Si tiene shigelosis, asegúrese de:

- Descansar.
- Mantenerse hidratado bebiendo abundante líquido, como agua o bebidas con electrolitos.
- Ponerse en contacto con su proveedor si sigue enfermo después de siete días o si se le seca la piel, la boca o los ojos.

Para obtener ayuda para encontrar un proveedor, llame al **311** o al 844-NYC-4NYC (844-692-4692).

Para obtener más información, llame al **311** o visite nyc.gov/health y busque **shigellosis** (shigelosis).