



SALMONELOSIS

¿QUÉ ES LA SALMONELOSIS?

La salmonelosis es una enfermedad que puede producir náuseas, vómitos y diarrea. "Salmonella" es una bacteria. La infección se contrae de los alimentos ingeridos que la contienen.

Es una infección común, de escasa gravedad en la mayoría de los afectados. Pero en ocasiones la bacteria llega a la sangre. Si esto ocurre, determinados pacientes pueden sufrir una afectación más grave. Éstos son:

1. SIDA. Esta enfermedad altera el sistema de defensa del organismo, llamado sistema inmune, y lo debilita.
2. Cáncer. Pacientes que han recibido quimioterapia recientemente tienen un mayor riesgo de enfermedad grave.
3. Trasplantados (corazón, pulmón, riñón...).
4. Drepanocitosis. Enfermedad que afecta a los glóbulos rojos de la sangre.
5. Personas que toman dosis altas de corticoides o otros fármacos depresores del sistema inmune.
6. Niños prematuros o con problemas inmunológicos.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA SALMONELOSIS?

- Náuseas o vómitos.
- Fiebre -que puede durar 2 ó 3 días.
- Diarrea que puede ser acuosa o sanguinolenta. Normalmente dura de 4 a 10 días. Si usted tiene diarrea durante más de 10 días, probablemente sea debida a otra causa.
- Dolor abdominal.

¿DEBO CONSULTAR A MI MÉDICO DE ATENCIÓN PRIMARIA? SÓLO EN CASO DE:

1. Dolor abdominal severo.
2. Imposibilidad para comer y beber.

3. Presencia de sangre en el vómito o en las heces.
4. Fiebre mayor de 38°C.

¿EXISTE ALGÚN TEST DIAGNÓSTICO PARA LA SALMONENOLOSIS?

Sí. Su Médico de Atención Primaria puede solicitar análisis de una muestra de las heces, aunque el resultado puede demorarse 2 ó 3 días. Si usted es un paciente de alto riesgo de enfermedad grave, su Médico de Atención Primaria comenzará tratamiento antes de obtener los resultados.

¿CÓMO SE TRATA LA INFECCIÓN POR SALMONELLA?

En la mayoría de las ocasiones se autolimita espontáneamente, sin necesidad de tratamiento. En el caso de agravamiento, debería ser tratado en un hospital. Puede precisar antibióticos vía intravenosa.

Por este motivo, si usted es un paciente de riesgo, su doctor le prescribirá antibióticos vía oral. Podría necesitarlos durante 2 semanas o incluso varios meses. Los antibióticos le permitirán deshacerse de la infección y prevenir recaídas.

¿HAY ALGO QUE YO PUEDA HACER PARA ALIVIAR LOS SÍNTOMAS?

Sí.

1. Beber abundantes líquidos. Esto permite mantener nuestro cuerpo protegido frente a la deshidratación producida por la diarrea y los vómitos.
2. Ingerir comidas poco copiosas y exentas de grasa.
3. Descansar.

¿EXISTE ALGUNA FORMA DE PREVENIR LA SALMONELOSIS?

Sí. Usted puede disminuir las probabilidades de contraer o contagiar la infección a otras personas mediante:

- Lavado de manos tras cambiar pañales, ir al baño, sonarse la nariz, tocar animales o sacar la basura.
- Quedarse en casa (sin asistir al colegio o al trabajo) si usted está enfermo.
- Prestar atención a los alimentos que se ingieren:

- No beber leche sin pasteurizar o comer alimentos hechos en ella.
- Lavar frutas y verduras bien antes de comerlas.
- Mantener la temperatura del frigorífico por debajo de 4.4°C y el congelador por debajo de -18°C.
- Cocinar bien carnes y pescados.
- Cocinar los huevos hasta que la yema esté cuajada.
- Lavar manos, cuchillos y demás utensilios de cocina tras el contacto con alimentos crudos.

¿QUÉ OCURRE SI ESTOY EMBARAZADA?

Si piensa que pueda padecer una salmonelosis, consulte a su Médico de Atención Primaria o matrona. La mayoría de las embarazadas no precisan tratamiento. Pero podría necesitarlo si se produce un agravamiento y está próximo el parto.

Dra. Susana Jiménez Contreras

Especialista de la Fundación Española de Aparato Digestivo.

Hospital Vithas Xanit Internacional (Benalmádena, Málaga).