



South Central Public Health District

Prevent. Promote. Protect.

Twin Falls 737-5900 * Burley 678-8221 * Gooding 934-4477 * Bellevue 788-4335 * Jerome 324-8838 * Rupert 436-7185

SALMONELA **(Salmonelas)**

¿Que es salmonela?

La salmonela es una infección causada por bacterias. Generalmente afecta la zona intestinal (tripas) y ocasionalmente afecta la sangre.

¿Cuáles son los síntomas de salmonela?

Generalmente los síntomas incluyen diarrea, fiebre, dolor de cabeza, dolor estomachales, náusea, y a veces vomitó.

¿Cómo se contagia Salmonela?

El comer alimento contaminada, beber agua, o la leche cruda extiende bacterias de salmonela. El excremento de la gente o los animales infectados pueden extender la bacteria también. Los animales que pueden tener salmonela incluyen pollo y pavo, vacas, perros, tortugas, lagartos, serpientes, y roedores. Los huevos pueden estar contaminados con salmonela.

¿Cuanto tiempo depues de exposición dura la persona para enfermarse?

Toma 1-3 días para que los síntomas aparezcan, pero tambien puede tomar por lo menos 6 horas.

¿Qué puede hacer uno para evitar el contagiar Salmonela?

- ❖ Siempre trate las carnes crudas de pollo o pavo, rez y cerdo como que si fueran contaminadas y dirijalos como al siguiente:
 - Envuelva las carnes frescas en bolsas de plástico en el mercado para evitar que la sangre goteé sobre los otros alimentos;
 - Refrigere los alimentos lo antes possible; nunca los deje en temperatura del ambiente;
 - Evite comer las carnes crudas o mal cocinadas;
 - Asegúrese de que la carne esté cocinada correctamente -- particularmente cuando use el microonda;
 - Lave los tableros de cortar y los superficies usados para la preparación inmediatamente después del uso para evitar la contaminación de otros alimentos;
- ❖ Evite comer los huevos crudos o los alimentos mal cocinados que contengan los huevos crudos;
- ❖ Evite beber la leche cruda;
- ❖ Lavarse las manos después de usar el escusado, antes y después de preparar el alimento;
- ❖ Asegurarse que los niños, particularmente aquellos quienes juegan con animales domesticos, se laven las manos despues de jugar;
- ❖ No lave los acuarios o terrarios en el fregadero de la cocina. Si usted utilizá los fregaderos o las bañeras para esta actividad, desinfecte la área después de este tipo de uso.

¿Cómo se trata la salmonela?

La mayoría de la gente con salmonela se recuperará por si mismo; el o ella puede necesitar beber líquidos para prevenir la deshidratación. Los antibióticos o medicaciones antidiarreicos no son recomendados para la mayoría de los casos por solamente tener síntomas intestinales (de las tripas).

¿Puede una persona con salmonela servir el alimento o atender al lugar de cuidado?

No. Las personas con salmonela no pueden servir el alimento o atender al lugar de cuidado hasta que sea aprobado por la oficina de la Salud del Distrito.

Para más información, contacte su oficina de salud local del distrito.