



Infeción a causa de la *Giardia*

Giardia Infection

¿Qué es la *Giardia*?

La *Giardia* es un parásito que infecta los intestinos de humanos y animales. Cuando una persona se enferma, la infección se denomina giardiasis, o ‘fiebre del castor’. La giardiasis generalmente es una infección transmitida por el agua. La *Giardia* es una causa común de diarrea en B.C. y en el mundo.

¿Cómo podría estar expuesto a la *Giardia*?

Los quistes de *Giardia* son organismos muy resistentes que sobreviven durante largos periodos de tiempo en el medio ambiente, especialmente en el agua fría. Usted puede ingerir *Giardia* al:

- Beber agua de superficie sin tratamiento adecuado de fuentes tales como arroyos, ríos, lagos o pozos no profundos contaminados con heces humanas o animales; o
- Tragar agua contaminada al nadar en lagos, lagunas, arroyos, ríos, piscinas y tinas de agua caliente; o
- Comer alimentos contaminados.

¿Cómo se contagia la *Giardia*?

La *Giardia* se contagia cuando las heces de personas o animales infectados entran en la boca. Esto puede ocurrir al:

- Comer o beber alimentos o bebidas contaminadas; o
- Tener contacto con las heces de humanos infectados – por ejemplo después de cambiar un pañal o durante el contacto sexual; o
- Tener contacto con las heces de un animal doméstico o salvaje infectado y no lavarse las manos adecuadamente después.

Una persona que está infectada puede no saber que está contagiando a otros porque puede tener pocos síntomas o éstos pueden ser leves.

¿Cuáles son los síntomas de la giardiasis?

La giardiasis puede ocasionar diarrea, retortijones estomacales, gas, inflamación, deposiciones frecuentes, pálidas y grasosas, náusea, pérdida de peso y fatiga.

Los síntomas comienzan entre unos 7 y 10 días después de la exposición al parásito. Los síntomas pueden durar entre 3 y 25 días o más, y pueden durar meses.

A menudo la persona puede estar infectada y no tener síntomas. En algunos casos, los síntomas pueden regresar después de que se empieza a sentir mejor. En raras ocasiones, puede presentarse artritis y una absorción deficiente de grasas y vitaminas después de una infección causada por la *Giardia*.

¿Cómo se diagnostica y trata la giardiasis?

Si cree que tiene giardiasis, consulte a su médico de familia para someterse a análisis y recibir asesoría y tratamiento. Le pedirán que entregue una muestra de heces para que la analicen. La *Giardia* es difícil de detectar así que es posible que tenga que entregar más de una muestra.

Su médico decidirá si es necesario un tratamiento con medicamentos antiparasitarios. Después de la infección, es posible que tenga dificultad para digerir leche y productos lácteos. Esto causa síntomas similares a los de la infección a causa de la *Giardia* y puede durar varias semanas. Evite ingerir leche y productos lácteos durante unas semanas y después incorpórelos lentamente a su régimen alimenticio.

¿Qué debo hacer si contraigo la infección a causa de la *Giardia*?

La *Giardia* se transmite por medio de las heces y por lo tanto las personas que tienen diarrea y no pueden controlar sus defecaciones no deben asistir al trabajo o a la escuela.

Si tiene una infección a causa de la *Giardia* no nade en lagos, lagunas, arroyos, ríos, piscinas y tinas de agua caliente mientras tenga diarrea y hasta por lo menos 48 horas después de que se haya detenido la diarrea.

Si maneja alimentos o trabaja en el campo de cuidados médicos, es posible que le transmita la

Giardia a los demás. No trabaje mientras tenga diarrea o vómito y no regrese a trabajar hasta que hayan pasado 48 horas después de haber tenido su última defecación suelta o episodio de vómito. Lávese las manos bien y con frecuencia, ya que esto ayudará a disminuir las probabilidades de transmitir la infección a los demás.

Los niños con diarrea que se encuentren en guarderías pueden ser supervisados en un área separada de los otros niños hasta que los recojan sus padres. Los niños no pueden regresar hasta que hayan pasado 48 horas después de haber tenido su última defecación suelta o episodio de vómito. Los niños que asistan a guarderías deben ser supervisados por un adulto cuando se estén lavando las manos.

Si se recupera sin tratamiento, puede desprender *Giardia* en sus heces durante varios meses y posiblemente contagiar a otras personas. Después de usar el inodoro y antes de comer o preparar alimentos lávese las manos bien con jabón líquido y agua.

¿Cómo se puede prevenir la giardiasis?

- Si su funcionario médico de salud ha emitido una notificación o advertencia de hervir el agua (Boil Water Advisory) para su sistema de agua comunitario, tome en serio la advertencia.
- No beba agua de superficie sin tratar de manantiales, arroyos, ríos, lagos, lagunas o pozos no profundos. Probablemente está contaminada con heces de animales. Cuando esté acampando, no orine en un perímetro de 100 pies de distancia de una fuente de agua.
- No beba leche o jugo sin pasteurizar.
- **Lávese las manos** antes de comer o tocar alimentos, y después de ir al baño, cambiar pañales o tocar animales.
- Asegúrese de que los niños, especialmente aquellos que tocan mascotas, se laven las manos cuidadosamente antes de comer y de manera frecuente.
- Evite el contacto con las heces durante la actividad sexual.

¿Cómo se pueden eliminar del agua los quistes de *Giardia*?

1. **Hervido:** Hierva o filtre el agua que se utiliza para beber, hacer cubos de hielo, lavar frutas y verduras sin cocer, preparar fórmula para bebé, lavarse los dientes o enjuagar dentaduras o lentes de contacto. Hierva el agua hasta el punto de ebullición durante al menos un minuto y después permita que se enfríe. En elevaciones de más de

2,000 metros (6,562 pies) debe hervir el agua durante al menos dos minutos para desinfectar. El hervido no purifica el agua que está muy sucia o contaminada químicamente.

2. **Filtrado:** Para eliminar los quistes de *Giardia*, los filtros deben tener un tamaño de poro absoluto de un micrón o deben estar certificados por una organización acreditada por la fundación de estándares nacionales (National Standards Foundation, NSF) para la eliminación de quistes. Los filtros de agua tipo jarra no eliminan la *Giardia*. Algunos sistemas de filtración integrados eliminan la *Giardia*, pero necesitan un mantenimiento frecuente y exhaustivo para funcionar bien. Hay información disponible sobre la certificación de dispositivos de tratamiento en www.scc.ca/.

Los parásitos de *Giardia* son relativamente resistentes al cloro. Si no tiene ninguna otra opción, puede intentar desinfectar el agua con cloro casero sin perfumes. Agregue dos gotas de cloro por cada litro (nueve gotas de cloro por galón imperial) de agua sin tratar. Debe revolverse el agua tratada y permitir que repose al menos 30 minutos antes de usarla. Duplique la cantidad de cloro si el agua está turbia.

Para obtener más información póngase en contacto con su funcionario de salud ambiental (Environmental Health Officer).



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

Para leer acerca de otros temas en los Folletos de Salud de BC (HealthLink BC File) diríjase a: www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm o contacte su unidad local de salud pública.

Para obtener información y familiarizarse con los servicios de salud en B.C. (en casos que no constituyen emergencia) visite: www.HealthLinkBC.ca o llame al 8-1-1.

La línea telefónica de B.C. para personas sordas o con problemas de audición es 7-1-1.

Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los requieran.