



# Shigelosis

## Shigellosis

### ¿Qué es la shigelosis?

La shigella es una bacteria que causa una infección estomacal conocida como shigelosis o “disentería bacilar”. La bacteria normalmente se encuentra solo en personas infectadas, sus heces o sus defecaciones.

### ¿Quién puede contraer la shigelosis?

Cualquiera que entre en contacto con heces infectadas puede contraer la shigelosis. Puede propagarse en guarderías con niños pequeños, especialmente aquellos entre los 2 y los 4 años de edad que aún no saben bien cómo ir al baño solos o que tienen mala higiene. También se puede propagar por medio de alimentos o agua contaminada, entre personas con mala higiene o aquellos que viven en condiciones poco sanitarias, especialmente aquellos en países en vías de desarrollo. Los hombres que tienen relaciones sexuales con hombres corren mayor riesgo debido a las altas tasas de infección.

### ¿Cuáles son los síntomas de la shigelosis?

Los síntomas de la shigelosis incluyen fiebre, diarrea (a veces con sangre o moco), retortijones estomacales, náuseas y vómito.

Los síntomas generalmente aparecen entre 1 y 3 días después de la exposición. Una persona con shigelosis puede presentar síntomas leves o graves, o bien, no presentar ningún síntoma. Si usted tiene síntomas graves, debe de consultar a su médico. En la mayoría de los casos pasan de 5 a 7 días antes de que se presente una mejoría, pero a veces puede pasar más tiempo. Algunas personas con síntomas graves pueden requerir hospitalización, especialmente los niños muy pequeños y los adultos de edad avanzada de 65 años de edad o más, así como aquellos con sistemas inmunológicos débiles.

### ¿Cómo se propaga la shigelosis?

La shigelosis es muy infecciosa y se propaga fácilmente. Como la bacteria se encuentra en las heces de una persona infectada, el contagio ocurre cuando pequeños pedazos de heces infectadas entran en la boca, alimentos o agua de otra persona.

Estas son las formas más comunes en las que se propaga la shigelosis:

### Estar expuesto a heces infectadas u objetos contaminados con heces

- Comúnmente en guarderías si no se lava las manos frecuentemente cuando está tocando niños o cambiando pañales.

### Alimentos o agua contaminada

- Cuando la comida se contamina a través de manipuladores infectados
- Cuando las condiciones de higiene y salubridad son malas
- En países en vías de desarrollo sin el tratamiento adecuado para el agua potable
- Nadar en playas en donde el agua está contaminada

### Contacto sexual

- A través del contacto oral-anal (entre la boca y el ano) (consulte el HealthLink BC File [#08n Shigella – an Enteric STD](#))
- Al ensuciarse los dedos con heces y después tocarse la boca
- Al poner dentro de la boca alimentos u objetos que puedan tener pequeños pedazos de heces

### ¿Cómo puede prevenir la shigelosis?

#### Exposición a heces infectadas

- Lavarse las manos frecuente y cuidadosamente es importante para todos. Asegúrese que a los niños les laven las manos adecuadamente en guarderías y en el hogar. Esto es especialmente importante en niños que aún no saben bien cómo ir al baño solos, incluyendo aquellos que usan pañal.
- De ser posible, un niño pequeño con shigelosis no debe jugar con otros niños ni estar cerca de ellos.

#### Alimentos o agua contaminada

- Las precauciones básicas de seguridad de alimentos y el tratamiento de agua potable ayudan a prevenir la shigelosis (consulte el HealthLink BC File [#59a Food Safety: Ten Easy Steps to Make Food Safe](#)).

- En las piscinas o playas, tener suficientes baños cerca del área de natación ayuda a prevenir que el agua se contamine.
- Coma solo alimentos calientes cocidos o frutas que usted mismo pele (consulte el HealthLink BC File [#41e Diarrea del viajero](#)).
- Beba sólo agua tratada o hervida.

#### Al tener relaciones sexuales

- No tenga contacto oral-anal sin protección.
- Inmediatamente después del coito, lave cuidadosamente sus manos y cualquier otra parte de su cuerpo que pueda haber estado en contacto con heces. Use agua tibia de la llave y jabón.

#### ¡Lávese las manos con frecuencia!

- Lávese bien todas las partes de las manos frotándolas para crear espuma. Incluya el dorso de sus manos y las muñecas.
- Limpie la parte debajo de sus uñas y manténgalas cortas.
- Seque sus manos con una toalla de papel nueva o con una toalla de tela limpia.
- Esté consciente de las maneras en las que pequeños pedazos de heces pueden entrar a su boca. Éstas incluyen:
  - Morderse las uñas;
  - Prender un cigarrillo;
  - Ingerir dulces, nueces, papitas, fruta u otros alimentos sin envoltura; y
  - Compartir tazas, biberones, utensilios, platos u otros artículos domésticos.

#### Si tienen shigelosis, ¿cómo puede evitar contagiársela a los demás?

- Lávese las manos bien y con frecuencia con agua y jabón. Esto es importante en todos los grupos de edades, especialmente después de defecar, cambiar pañales y antes de preparar alimentos o bebidas.
- Observe a los niños mientras se lavan las manos y ayúdelos si es necesario. Esto es muy importante en niños que aún no saben bien cómo ir al baño solos, incluyendo aquellos que usan pañal.
- Deseche los pañales sucios de manera adecuada.
- Desinfecte las áreas donde cambia pañales con cloro para uso casero diluido (2 cucharadas de cloro por cada galón de agua, ó 60 ml de cloro por cada 4 litros de agua).
- Los niños con shigelosis deben de mantenerse fuera de las guarderías hasta que ya no estén infectados.
- Las personas que manejan alimentos o que cuidan niños, enfermos, ancianos u otros dependientes no

deben ir a trabajar hasta que hayan demostrado que se han curado de la infección (*Consulte el Communicable Disease Control Manual – “Exclusion of Enteric Cases and their Contacts from High Risk Settings” en [www.bccdc.ca/discd/comm-manual/CDManualChap1.htm](http://www.bccdc.ca/discd/comm-manual/CDManualChap1.htm) (manual de control de enfermedades transmisibles- “Exclusión de casos entéricos y sus contactos de entornos de alto riesgo”)*).

- No tenga relaciones sexuales por vía oral-anal sin protección durante por lo menos 7 días después de que sus síntomas hayan desaparecido.

#### ¿Cuándo debe de consultar a un médico?

Debe de consultar a un médico si tiene síntomas de shigelosis, especialmente si hay sangre presente en sus heces.

#### ¿Cuál es el tratamiento para la shigelosis?

- Las personas con shigelosis pueden ser tratadas con antibióticos para acelerar su recuperación y para ayudar a prevenir que otros se contagien. Sin embargo, las personas con síntomas leves generalmente se recuperan sin tratamiento con antibióticos.
- Si tiene diarrea, beba muchos líquidos para evitar la deshidratación.
- Consulte a su médico de familia o a su proveedor de cuidados médicos.



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) dirijase a: [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm](http://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](http://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.