Spanish - Number 48
February 2018

Infección por *Cryptosporidium*
Cryptosporidium Infection

¿Qué es el *Cryptosporidium*?

El *Cryptosporidium* es un parásito que infecta el intestino. Cuando contrae la infección, la enfermedad se llama criptosporidiosis. El síntoma más común asociado con la infección por *Cryptosporidium* es diarrea.

El número de personas que ha enfermado debido a la infección por *Cryptosporidium* en B.C. se ha reducido en los últimos años.

¿Cómo se contrae una infección por *Cryptosporidium*?

El *Cryptosporidium* se puede transmitir por el agua, los alimentos o por transmisión fecal-oral de una persona o animal infectado. La transmisión fecal-oral se produce cuando se ingieren partículas de heces contaminadas. Los mamíferos (p.ej. los animales de granja), los pájaros, los peces y los reptiles pueden ser portadores del *Cryptosporidium*.

El agua contaminada es una de las fuentes principales de transmisión de la criptosporidiosis. El *Cryptosporidium* puede sobrevivir en lagos, estanques, arroyos y riachuelos. Puede infectarse si bebe o traga agua accidentalmente mientras nada.

También puede infectarse al ingerir alimentos crudos o poco hechos contaminados con el *Cryptosporidium*.

El *Cryptosporidium* también se puede transmitir de persona a persona en lugares en los que hay incontinencia fecal y una higiene pobre, como en las guarderías. El riesgo es mayor para los niños pequeños que todavía usan pañales. Estos niños también pueden transmitir la infección a otras personas de la familia.

¿Cuáles son los síntomas de la criptosporidiosis?

La criptosporidiosis puede causar diarrea frecuente y líquida, retortijones en el estómago, náuseas, vómito, fiebre baja y deshidratación. Sin embargo, puede estar infectado y no tener síntomas.

Los síntomas normalmente comienzan entre 2 y 10 días después de la exposición al parásito, con una media de 7 días. Los síntomas generalmente duran de 1 a 2 semanas en personas que por lo demás están sanas.

En algunos casos, los síntomas pueden volver a aparecer después de haber comenzado a mejorar.

La infección puede durar más en las personas con un sistema inmunitario debilitado. Las personas con el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH), aquellos que han recibido un trasplante de órganos o de médula ósea y aquellos que han recibido tratamiento del cáncer pueden sufrir infecciones graves. Los niños pequeños y las personas mayores pueden correr un riesgo mayor de deshidratación.

¿Cómo se diagnostica y se trata la criptosporidiosis?

Si piensa que tiene criptosporidiosis, o si tiene diarrea o vómitos persistentes, acuda a su proveedor de asistencia sanitaria. Se le puede pedir que presente una muestra de heces para analizarla. El *Cryptosporidium* es difícil de detectar así que es posible que tenga que presentar más de una muestra.

Su proveedor de asistencia sanitaria decidirá si es necesario un tratamiento con medicamentos. Las personas con criptosporidiosis deberían tomar muchos líquidos para prevenir la deshidratación.

¿Qué debo hacer si tengo una infección por *Cryptosporidium*?

El *Cryptosporidium* se transmite por las heces; por lo tanto, las personas con diarrea que no puedan controlar su evacuación no deberían asistir al trabajo o a la escuela. Si tiene una infección por *Cryptosporidium* no nade en masas de agua de uso público como: lagos, estanques, arroyos, ríos, piscinas o jacuzzis hasta al menos 48 horas después de que la diarrea o el vómito haya cesado, o cuando se lo indique su autoridad de salud local. Al evitar esta actividad ayudará a asegurar que otros nadadores no se vean infectados.

Si manipula alimentos o trabaja en cuidados sanitarios, puede transmitir el *Cryptosporidium* a otros. No trabaje mientras tenga diarrea o vómitos, y no regrese al trabajo hasta al menos 48 horas después de la última deposición blanda o episodio de vómito, o cuando le aconseje su autoridad de salud local. Lávese las manos bien y con frecuencia, ya que esto ayudará a reducir la posibilidad de transmisión de la infección a otros.

Los niños que asisten a la guardería y que tienen diarrea pueden recibir cuidados en otra zona supervisada lejos de los demás niños hasta que los recojan sus padres. Los niños no deberían regresar a la guardería hasta al menos 48 horas después de su ultima deposición blanda o episodio de vómito, o cuando lo aconseje su autoridad de salud local.

Los niños que asisten a la guardería deberían estar supervisados por un adulto cuando se laven las manos. Para obtener más información, consulte HealthLinkBC File #85 Lavado de manos: ayude a evitar la transmisión de gérmenes.

Incluso después de encontrarse mejor, el *Cryptosporidium* todavía puede estar en sus heces durante varias semanas y todavía puede infectar a otros.

¿Cómo se puede prevenir la criptosporidiosis?

- Si se ha publicado una notificación de "hervir el agua" para el sistema de agua de su comunidad, tome la advertencia en serio y siga las instrucciones que le proporcionen
- Si tiene un sistema inmunitario debilitado, debería hablar sobre el riesgo de contraer criptosporidiosis con su proveedor de asistencia sanitaria. Esto incluye a las personas con enfermedades congénitas que afecten severamente a su sistema inmunitario; a las personas con infección por VIH cuyo recuento de células CD4+ esté por debajo de 100 células /mm^3; a pacientes con cáncer hematológico; y a personas que hayan recibido un trasplante de células madre. Las personas con el sistema inmunitario debilitado que se abastecen con sistemas de aguas superficiales sin filtrado ni desinfección pueden estar en riesgo en todo momento. Consulte HealthlinkBC File #56 Prevención de infecciones transmitidas por el agua en personas con el sistema inmunitario debilitado
- No beba agua superficial sin tratar de un manantial, arroyo, río, lago, estanque o pozo poco profundo. Probablemente esté contaminada con heces de animales
- Cuando esté acampando no haga deposiciones a menos de 30 metros de una fuente de agua
- No beba leche o jugos sin pasteurizar
- Lávese las manos antes de comer y manipular alimentos y después de usar el baño, cambiar pañales o tocar animales
- Asegúrese de que los niños, sobre todo los que tienen contacto con animales domésticos, se laven las manos con cuidado de manera regular, así como antes de comer
- Evite alimentos sin cocinar o bebidas preparadas con agua sin tratar, especialmente durante viajes internacionales
- Lleve a cabo prácticas sexuales seguras y evite el contacto con las heces durante la actividad sexual
- Tome siempre una ducha antes y después de usar las piscinas públicas

¿Cómo se puede eliminar el *Cryptosporidium* del agua?

Si su suministro de agua viene de una fuente de agua superficial sin tratar, necesitará desinfectar el agua que use para beber, hacer cubos de hielo, lavar frutas y verduras crudas, preparar leche infantil de fórmula, lavarse los dientes o enjuagar la dentadura. Puede eliminar el *Cryptosporidium* usando los siguientes métodos de desinfección:

Hervido
Hierva el agua completamente durante al menos 1 minuto. Si se encuentra en una altitud superior a los 2.000 metros (6.500 pies) por encima del nivel del mar, hierva el agua al menos durante 2 minutos. Deje que el agua se enfríe. Guarde el agua limpia siempre en envases limpios hechos para guardar alimentos o agua. El hervido no purificará el agua que esté altamente contaminada o químicamente contaminada.

Filtrado
Para eliminar los quistes del *Cryptosporidium*, los filtros deben tener un poro absoluto de 1 micrón o menos, y deben estar certificados por la Fundación nacional de instalaciones sanitarias (National Sanitation Foundation, NSF) u otra agencia acreditada para la eliminación de los quistes.

La mayoría de los filtros de agua de tipo jarra no eliminarán el *Cryptosporidium*. Algunos de los sistemas de filtración de agua integrados eliminarán el *Cryptosporidium*, pero necesitan un mantenimiento regular y minucioso para funcionar adecuadamente.

Tratamiento por rayos ultravioletas (UV)
También hay disponibles unidades de UV para la desinfección. Pregunte a los proveedores de purificadoras de agua locales o a su funcionario de salud medioambiental local para obtener más información. La unidad de tratamiento debería estar certificada por la NSF, o por otra agencia acreditada para la inactivación de quistes.

Otro tratamiento
También hay disponibles unidades de destilación y unidades de desinfección combinada (filtración y UV). Pregunte a sus proveedores de purificadoras de agua locales o al funcionario de salud medioambiental local para obtener más información.

Es importante saber que el *Cryptosporidium* es resistente al cloro, así que tratar el agua con cloro generalmente no es efectivo a la hora de eliminar el parásito. Pregunte a su proveedor de agua si su tratamiento del agua es efectivo contra el *Cryptosporidium*. Por sí sola, la desinfección con cloro no es efectiva.

Para más información

Para obtener más información sobre cómo desinfectar el agua, consulte HealthLinkBC File # 49b Desinfectar el agua potable, o póngase en contacto con su funcionario de salud medioambiental local.

Para más información sobre la certificación de sistemas de tratamiento, visite el Standards Council of Canada (Consejo de estándares de Canadá) en www.scc.ca/.

Para más información sobre la Fundación nacional de instalaciones sanitarias (NSF), visite www.nsf.org.