

- Separe los alimentos cocidos de los que están listos para consumir. No use utensilios en alimentos cocidos que se usaron anteriormente en alimentos crudos y no coloque los alimentos cocidos en platos donde había comida cruda a menos que los limpie por completo.
- Cocine los alimentos a una temperatura segura. Use un termómetro para carne para asegurarse de que los alimentos se cocinen a una temperatura segura.
- Enfríe los alimentos rápidamente después de servirlos y cuando los traslade de un lugar a otro.
- Lávese las manos después del contacto con animales, su comida o entorno.

Referencias:
MedlinePlus: Salmonela
USDA.gov
Footsafety.gov

Manatí Medical Center
Calle Hernández Carrión, Urb. Atenas
Manatí, Puerto Rico
Programa Educación a Paciente y Familia
abril 2018



CONOZCA SOBRE LA SALMONELA



La información que se provee en este folleto es solo con fines educativos. Es importante que siempre consulte a su médico sobre la condición, tratamientos, seguimientos y servicios.

SALMONELA

Es el nombre de un grupo de bacterias y la causa más común de enfermedades transmitidas por el consumo de alimentos o líquidos derivados de animales infectados o contaminados por las heces de un animal o persona infectada.

Se encuentra en:

- Carnes y aves crudas
- Frutas y vegetales sin lavar
- Se puede adquirir al manipular con mascotas

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

- Vómitos
- Dolor abdominal
- Diarrea
- Fiebre



¿CÓMO SE TRASMITE?

- Por medio del consumo de alimentos crudos.
- A través de alimentos contaminados con la bacteria y tienen contacto con alimentos listos para comer.
- Por medio del manejo de los alimentos por una persona infectada con la bacteria.

TRATAMIENTO:

- Líquidos
- Dieta balanceada
- Antibióticos (solo se recomiendan en adultos y niños con alto riesgo de sufrir complicaciones).

¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR?

- Evite comer alimentos de alto riesgo (huevos crudos o cocidos ligeramente, aves o carne de res molida poco cocida y leche sin pasteurizar).
- Mantenga la comida refrigerada como corresponde antes de cocinar.
- Lávese las manos con jabón y agua tibia antes de manipular alimentos. Limpie las superficies antes de usarlas para preparar comida.