

Ciclosporiasis: lo que su familia debe saber

Resumen

Este verano hay más casos de **ciclosporiasis** en Connecticut que el verano pasado. Da por comer frutas y verduras frescas que tienen un germen muy pequeño.

El riesgo para los residentes es bajo. Este germen no se transmite de persona a persona. Casi todas las personas que padecen la enfermedad se recuperan, pero aquellas con un sistema inmunológico debilitado pueden presentar síntomas más graves o necesitar un tratamiento más prolongado.

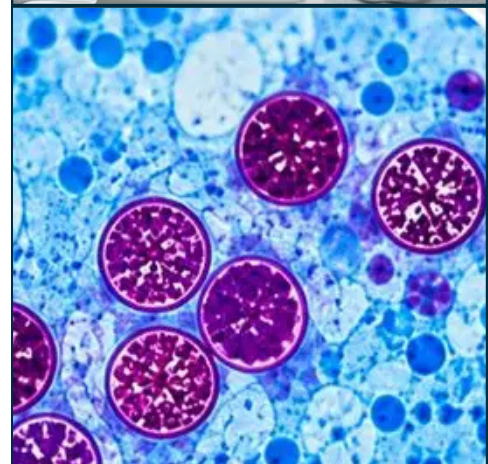
¿Qué es la ciclosporiasis?

La ciclosporiasis es una **enfermedad del estómago**. La causa un germen muy pequeño (un parásito) que se llama Cyclospora. Usted se enferma al **comer o al beber agua que contiene este germen**.

Los brotes pasados fueron por frutas y verduras frescas.

No se transmite de persona a persona. Estar cerca de una persona enferma no supone ningún riesgo.

La mayoría de las personas sanas se recuperarán de la enfermedad sin necesidad de tratamiento.



2

Qué observar

Las señales empiezan una semana después de comer. Pueden empezar a los **2 días** o hasta **2 semanas o más después**.

- **Diarrea aguada** muchas veces al día
- **Dolor y gases en el estómago**
- No querer comer
- Ganas de vomitar
- Sentirse muy cansado
- Bajar de peso
- A veces fiebre leve

La enfermedad puede mejorar y luego volver a aparecer.



3

Cómo mantenerse a salvo

- **Lave bien todas las frutas y verduras frescas** con agua corriente antes de comerlas o cocinarlas.
- **Compre lechuga entera en vez de ensalada lavada en bolsa.** Quite y bote las hojas de afuera, y lave el resto.
- Lave con cuidado las hierbas frescas, como el cilantro, la albahaca y los cebollines.
- **Cocine las frutas y verduras cuando pueda.** El calor mata el germen a 158 °F (70 °C).
- **Lávese las manos con agua y jabón** antes de cocinar y antes de comer.
- Limpie las tablas de cortar, los cuchillos y el mostrador después de cortar frutas y verduras.



4

Cuando llamar al médico:

- **Diarrea por más de 2 o 3 días**
- **Diarrea muy fuerte o aguada** que sigue
- Señales de falta de agua en el cuerpo
- Vómitos muchas veces
- Sangre en el excremento (popo)
- Bajar mucho de peso



Lo que sabemos hasta ahora

Hay más personas enfermas que el año pasado, pero el riesgo para cada persona sigue siendo bajo.

Comprar alimentos en los mercados de agricultores es la opción más segura para consumir frutas y verduras en este momento.

Ninguna comida ni ningún restaurante de New Haven o Connecticut ha sido señalado como la causa. Las autoridades de salud siguen investigando.

Casi todas las personas mejoran por completo, sobre todo si beben mucha agua y acuden al médico cuando lo necesitan.

¿Preguntas?

Llame al Departamento de Salud de la Ciudad de New Haven al (203) 946-6999. Podemos atenderle en español o en inglés.