

Lo que debe saber sobre la *Shigella*

Han aumentado los casos de una enfermedad llamada *Shigella* en nuestra área, incluso en personas que viven a la intemperie y en refugios.

La *Shigella* causa diarrea.

- La *Shigella* es una enfermedad que causa **diarrea, fiebre, calambres estomacales** y, a veces **vómitos**. La diarrea suele durar de 3 a 10 días, y puede incluir sangre, moco o pus.
- La mayoría de las personas se mejoran por sí solas en un plazo de 1 a 2 semanas. Los síntomas pueden durar más tiempo y ser más graves en personas con sistemas inmunitarios debilitados.

La *Shigella* se propaga a través de las heces

- La *Shigella* se propaga cuando las heces infectadas de una persona entran en la **boca** de otra persona a través de los alimentos o el agua, por objetos o superficies sobre los que está la bacteria *Shigella* o durante las relaciones sexuales.
- La *Shigella* se propaga muy fácilmente. Incluso una pequeña cantidad es suficiente para que alguien se enferme.
- La *Shigella* puede vivir entre 1 y 4 semanas en las heces de una persona. Las personas pueden seguir contagiando *Shigella* aunque sus síntomas mejoren.

Ayude a detener la propagación de la *Shigella*

- Lávese las manos con frecuencia, con agua limpia y jabón, en especial después de ir al baño, cambiar pañales y antes de preparar alimentos o comerlos. Lo ideal es usar agua y jabón. Si no tiene agua y jabón, use un desinfectante para manos que tenga por lo menos un 60 % de alcohol.
- Si puede, evite tener relaciones sexuales si usted o su pareja tienen diarrea o la tuvieron en las últimas dos semanas.

- Si tiene relaciones sexuales, piense en tomar las siguientes medidas para reducir el riesgo de contagiar o contagiarse *Shigella*:
 - Lávese los genitales, el ano y las manos con agua y jabón antes y después de tener relaciones sexuales.
 - Use condones o preservativos bucales durante cualquier tipo de sexo oral y anal. Use guantes de látex si sus manos o dedos tocan el ano de otra persona.

Si tiene diarrea u otros síntomas

- Evite preparar, servir o compartir alimentos.
- Si fuera posible, evite tener relaciones sexuales.
- Beba más agua que de costumbre, u otras bebidas sin cafeína ni alcohol.
- Puede hacerse una prueba de detección de *Shigella* en un consultorio médico o en una clínica. Si recibe un resultado positivo para *Shigella*, tal vez pueda quedarse en un hotel, sin costo, hasta que se mejore.

Cuándo obtener atención médica

Si cree que tiene *Shigella*, intente obtener atención médica y hacerse una prueba para asegurarse. Es particularmente importante que vaya a una clínica o reciba atención si:

- Tiene un sistema inmunitario debilitado (como ocurre en personas con VIH o en tratamiento oncológico).
- Tiene diarrea frecuente que persiste durante más de 3 días o tiene diarrea **sanguinolenta** con fiebre, calambres o dolores estomacales fuertes o síntomas que duran más de 2 semanas.
- Tiene síntomas de deshidratación: orina de color amarillo oscuro o con olor fuerte, sensación de exceso de sed, menos producción de orina de lo habitual o mareos.



**Para obtener más información y encontrar servicios,
llame a la oficina local de salud pública al 503-988-8939.**