



Giardia

¿Qué es la *Giardia*?

La *Giardia* es un parásito que provoca una enfermedad llamada giardiasis. La *Giardia* se encuentra en todo el mundo, incluidos los Estados Unidos.

¿Cuáles son los síntomas de la giardiasis?

Los síntomas más comunes son diarrea, gases o flatulencia, calambres estomacales, debilidad, pérdida del apetito y pérdida de peso. Los síntomas de la giardiasis generalmente aparecen de 1 a 3 semanas después del contacto inicial y pueden durar de 2 a 6 semanas. Si no se tratan los síntomas, pueden durar más tiempo.

¿Se enferman todas las personas infectadas con *Giardia*?

No. Hay personas que no presentan ningún síntoma.

¿Cómo se transmite la *Giardia*?

La *Giardia* aparece en la materia fecal (caca) de las personas infectadas. Otras personas adquieren *Giardia* al ingerir el germen. Algunas formas de transmisión de la infección incluyen:

- Ingerir *Giardia* de superficies contaminadas (como baños, cambiadores, cestos para pañales o juguetes) que contienen materia fecal de una persona o un animal infectados.
- Beber agua o usar hielo hecho con agua contaminada con *Giardia* (como agua de lagos, arroyos o pozos no tratados o tratados de forma incorrecta).
- Tragar agua al nadar o jugar en agua contaminada con *Giardia*, especialmente en lagos, ríos, manantiales, estanques y arroyos.
- Comer alimentos crudos que contienen *Giardia*.
- Estar en contacto con la materia fecal de alguien enfermo con giardiasis.
- Viajar a países donde la giardiasis es común.

No es posible infectarse a través del contacto con sangre.

¿Quién puede adquirir *Giardia*?

Cualquiera puede desarrollar giardiasis. Las personas más propensas a contraer la infección incluyen:

- Niños en guarderías, especialmente aquellos que usan pañales.
- Contactos cercanos (como personas que habitan el mismo hogar) o personas que cuidan a otras que están enfermas con giardiasis.
- Mochileros, excursionistas y campistas que beben agua de fuentes riesgosas o no mantienen una buena higiene (como lavarse las manos de forma correcta).
- Personas que tragan agua al nadar o jugar en aguas recreativas contaminadas con *Giardia*, especialmente en lagos, ríos, manantiales, estanques y arroyos.
- Viajeros internacionales.
- Personas expuestas a materia fecal humana (caca) mediante el contacto sexual.

¿Pueden las mascotas transmitir la *Giardia*?

El riesgo de que las personas contraigan una infección por *Giardia* transmitida por perros o gatos es muy bajo. El tipo exacto de *Giardia* que infecta a los seres humanos generalmente no es el mismo que el que infecta a perros y gatos.

CONTINUACIÓN

¿Cómo se diagnostica la *Giardia*?

Si cree que puede tener *Giardia*, hable con su médico. Se analizará una muestra de su materia fecal (caca) en el laboratorio. El laboratorio observará la muestra con un microscopio u otra herramienta de prueba para determinar si contiene parásitos de *Giardia*.

¿Cómo puedo prevenir la *Giardia*?

- Lávese siempre las manos con agua y jabón durante al menos 20 minutos antes de preparar o ingerir alimentos, después de usar el baño, después de cambiar pañales y después de tocar a sus mascotas.
 - Ayude a los niños pequeños y otras personas que cuide a lavarse las manos, según sea necesario.
 - Si no tiene a mano agua y jabón, utilice un desinfectante de manos con alcohol.
- No beba agua que no esté tratada de un suministro de agua superficial, incluidos lagos, ríos, manantiales, estanques y arroyos.
 - Ante la duda que el agua es segura, beba agua embotellada o desinfecte el agua del grifo hirviéndola durante 1 minuto.
- No beba agua al nadar o jugar en lagos, ríos, manantiales, estanques ni arroyos.
- Siga las pautas generales de seguridad de los alimentos, que incluyen:
 - Use agua tratada y segura para lavar todos los alimentos, incluidas frutas y verduras.
 - Evite comer alimentos crudos o sin cocinar cuando se encuentre en países en los que el tratamiento del agua y los alimentos es insuficiente.
 - Obtenga más información en www.bphc.org/foodpoisoning.
- Si cuida a una persona con *Giardia*, lave sus manos con agua y jabón después de entrar en contacto con la materia fecal de esa persona (por ejemplo, después de cambiar pañales). De forma rápida y cuidadosa, deseche el material que se haya contaminado con materia fecal. Lávese siempre las manos después de este tipo de contacto.

¿Existen restricciones sanitarias para las personas con *Giardia*?

Sí. La *Giardia* es una enfermedad que se puede transmitir a otras personas, de modo que los proveedores de atención médica de Boston deben, por ley, informar de los casos de *Giardia* a la Comisión de Salud Pública de Boston. A fin de proteger al público, las personas que trabajan en negocios relacionados con los alimentos y que tienen giardiasis deben ausentarse del trabajo hasta que ya no tengan diarrea y los análisis de laboratorio de materia fecal indiquen que no hay parásitos de *Giardia*.

Los trabajos relacionados con los alimentos incluyen restaurantes, tiendas de sándwiches, cocinas de hospitales, supermercados y plantas procesadoras de alimentos. Esta norma también incluye a empleados de escuelas, programas residenciales e instalaciones de cuidado de niños o atención médica donde se alimenta, se proporcione atención bucal o se expendan medicamentos a los clientes.

