

Para obtener más información sobre la Shigella o para informar sobre personas con vómitos, diarrea o fiebre asociados al consumo de alimentos, póngase en contacto con:  
Correo electrónico: [fhdepi@sdcounty.ca.gov](mailto:fhdepi@sdcounty.ca.gov)  
Teléfono: (858) 505-6814  
Página web: [www.sdcdehg.org](http://www.sdcdehg.org)



## PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA INFECCIÓN POR SHIGELLA

La shigelosis suele producirse directa o indirectamente por contaminación fecal-oral. La mayoría de las infecciones por Shigella se propagan a través de las heces o los dedos sucios de una persona infectada a otra por contacto directo o al ingerir alimentos o agua contaminados.

El paso más importante para prevenir las enfermedades víricas, bacterianas y/o parasitarias es lavarse las manos con regularidad y seguir las siguientes indicaciones.

### Lavado de manos

Lávese bien las manos y los brazos con jabón y agua tibia durante al menos 10 o 15 segundos; aclárese bien con agua corriente limpia y séquese bien las manos y los brazos. Preste especial atención a las zonas bajo las uñas y entre los dedos.

#### El lavado de manos debe producirse en los siguientes casos:

- Después de tocarse la cara u otras zonas de la piel desnuda, incluyendo cortes o llagas, y después de tocarse el cabello.
- Después de usar el baño.
- Después de limpiar el baño.
- Después de tocar animales.
- Después de toser, estornudar, usar un pañuelo de papel o desechable.
- Después de consumir tabaco, comer o beber.
- Después de manipular equipos o utensilios sucios.
- Inmediatamente antes, durante y después de participar en la preparación de alimentos, incluido el trabajo con alimentos no preenvasados, limpie el equipo y los utensilios, los recipientes y utensilios alimentarios de un solo uso y antes de ponerse los guantes desechables
- Después de recoger y sacar la basura.
- Después de tocar ropa sucia, paños de limpieza sucios, etc.
- Después de realizar otras actividades que contaminen las manos.

### Prevención de la propagación de enfermedades

- Practique un lavado de manos diligente y una buena higiene personal.
- Evite preparar comida para otros cuando esté enfermo.
- Limpie y desinfecte las zonas públicas, como los baños (véase la página siguiente).

### Desinfección de superficies

- Nota: Las superficies deben ser lavadas y enjuagadas antes del paso de desinfección.
- Utilice una de las siguientes soluciones:
  - 1) Contacto con una solución de 100 ppm de cloro disponible durante al menos 30 segundos.
  - 2) Contacto con una solución de 25 ppm de yodo disponible durante al menos un minuto.
  - 3) Contacto con una solución de 200 ppm de amonio cuaternario durante al menos un minuto.
  - 4) Contacto con cualquier desinfectante químico que cumpla los requisitos de la Sección 180.940 del Título 40 del Código de Reglamentos Federales cuando se utilice de acuerdo con las instrucciones de uso del fabricante.

## Métodos de limpieza específicos para los desechos humanos

### Limpieza de derrames de diarrea, vómito o heces:

1. Utilice equipo de protección personal (EPP), como guantes, mascarillas y batas para protegerse a sí mismo y a su ropa de la contaminación.
2. Bloquee la zona inmediatamente.
3. Limpie los restos visibles utilizando material absorbente desechable (toallas de papel u otros paños desechables) y minimice los aerosoles.
4. Deseche cuidadosamente los objetos sucios en una bolsa de plástico impermeable.
5. Limpie y desinfecte abundantemente la zona y los objetos que rodean la contaminación con un desinfectante adecuado.
6. Quítese los guantes, la bata y la mascarilla, en ese orden, y deséchelos antes de salir del área de limpieza contaminada.
7. Coloque el EPP desechado en una bolsa de plástico impermeable.
8. Vuelva a ponerse los guantes y transporte la bolsa a un contenedor de basura seguro; no permita que la bolsa toque su ropa.
9. Lávese siempre las manos después de manipular cualquier material contaminado, basura o desechos.

## Directrices generales de salud pública

### ¿Qué hacer si cree que ha estado expuesto a la bacteria shigella?

- Cualquier persona con síntomas de shigelosis debe ponerse en contacto con su proveedor de atención médica para recibir un diagnóstico y tratamiento. La atención cuidadosa al lavado de manos con agua y jabón es la acción más importante para disminuir la propagación de la Shigella.
- Revise la [hoja informativa](#) de los CDC sobre la Shigella que proporciona más información sobre la shigelosis, incluidos los signos y síntomas, las formas de propagación y el tiempo que se tarda en enfermar tras la exposición al germen.
- Para informar sobre un manipulador de alimentos enfermo o si tiene preguntas sobre las enfermedades transmitidas por los alimentos, póngase en contacto con nuestro enlace de epidemiología en fhdepi@sdcounty.ca.gov o en el (858) 505-6814.
- **Si tiene preguntas generales sobre el brote de shigelosis, póngase en contacto con el Condado de San Diego – Agencia de Servicios Humanos y de Salud (HHSA) al (619)-692-8499.**