



### QUÉ ES EL SÍNDROME URÉMICO HEMOLÍTICO?

Es una enfermedad grave producida por una bacteria que contamina alimentos o agua. Si esta bacteria es ingerida, al llegar al intestino ocasiona diarrea generalmente con sangre y libera una toxina que puede producir daño importante en muchos órganos, en particular en los riñones, sistema nervioso central y en la sangre.

#### CUALQUIER NIÑO PUEDE TENER ESTA ENFERMEDAD?

Sí, cualquier niño que ingiera la bacteria puede enfermarse. Lo más frecuente es que ocurra en niños de 6 meses a 5 años, sin embargo niños mayores también pueden presentarla.

#### QUÉ SÍNTOMAS PRODUCE?

Al llegar la bacteria al intestino produce una diarrea intensa (en general suele verse sangre en la materia fecal), puede ocasionar vómitos, dolor abdominal, fiebre, falta de apetito y mucho decaimiento.

A los pocos días de iniciada la diarrea el niño se ve muy pálido porque se produce una anemia muy importante y aguda.

En general los niños se sienten muy decaídos y molestos.

Por el compromiso del sistema nervioso central pueden aparecer convulsiones y tendencia al sueño, que puede evolucionar al coma.

En la piel pueden verse manchitas rojas como puntos (petequias) o moretones (por disminución de las plaquetas).

Cuando se comprometen severamente los riñones, disminuye o se anula la formación de orina (insuficiencia renal), por lo que algunos requieren tratamiento de diálisis.

## CÓMO PUEDE EVITARSE ESTA ENFERMEDAD?

Esta enfermedad tan grave **PUEDE SER PREVENIDA!!!!**, con las siguientes medidas:



- Asegurar la correcta cocción de la carne; la bacteria se destruye a los 70 °C. Esto se consigue cuando la carne tiene una cocción homogénea.
  - Tener especial cuidado con la cocción de la carne picada, ya que generalmente se cocina bien la parte superficial, permaneciendo la bacteria en el interior. El jugo de la carne picada bien cocida, debe ser completamente translúcido.
  - Utilizar distintos utensilios de cocina para cortar la carne cruda que aquellos que se utilizan para trozarla antes de ser ingerida.
  - Evitar el contacto de las carnes crudas con otros alimentos.
  - Controlar el uso de leche y derivados lácteos correctamente pasteurizados y conservar la cadena de frío.
- 
- No consumir jugos de fruta no pasteurizados.
  - Lavar cuidadosamente verduras y frutas. De no ser posible, sumergir estos alimentos en agua con 2 gotitas de lavandina por litro de agua y esperar 30 minutos antes de consumirlos.
  - Asegurar la correcta higiene de las manos (deben lavarse con agua y jabón) antes de preparar los alimentos y luego de ir al baño.
  - No bañarse en aguas prohibidas.
  - Higienizarse adecuadamente con agua y jabón luego de tener contacto con animales domésticos y principalmente con los de granja.
  - Consumir agua potable; ante la duda, hervirla.

La información contenida en esta página dedicada a la familia y a la comunidad es de índole general y no deberá sustituir la atención médica ni los consejos de su pediatra.  
Los contenidos son de (C) Sociedad Argentina de Pediatría