



## Síndrome Hemolítico Urémico

### **¿Qué es el Síndrome Hemolítico Urémico?**

El Síndrome Hemolítico Urémico (SHU), es una enfermedad grave que se inicia con diarrea que puede presentar sangre. Se caracteriza por falla renal, trombocitopenia y anemia hemolítica, la mitad de los afectados requieren ser dializados y alrededor del 5% fallece.

Se produce principalmente por un tipo *Escherichia coli*, productora de toxinas, siendo *E. coli* O157:H7 el agente que produce la mayor cantidad de más casos de SHU a nivel mundial. De los niños y adultos con diarrea por *E. coli* O157:H7 cerca del 15% de los niños presenta este síndrome.

### **¿Quiénes pueden enfermar?**

Esta enfermedad se puede presentar en todas las edades, sin embargo, los niños menores de 5 años y adultos mayores tienen el riesgo más alto de presentar SHU.

### **¿Cómo se transmite?**

La bacteria *E. coli* se transmite al hombre principalmente por el consumo de alimentos contaminados con heces de animales, principalmente bovinos, ovinos, caprinos; y por contacto directo con estos o su entorno.

También se puede transmitir por contaminación fecal del agua y de otros alimentos, así como la contaminación cruzada de alimentos crudos y cocidos durante su preparación con carne o superficies o utensilios de cocina contaminados.

Algunos alimentos que se consideran de riesgo son: carne picada cruda o poco cocida, leche no pasteurizada, frutas y verduras frescas como melón, lechuga, espinaca, repollo, brotes de alfalfa, entre otros.

La transmisión de persona a persona ocurre generalmente en el contexto familiar, jardines infantiles y recintos penitenciarios.

### **¿Qué hacer para prevenir?**

- Lavado frecuente de manos con agua y jabón: cada vez que use el baño, antes de preparar los alimentos y antes de consumirlos; cada vez que cambie pañales.
- Tomar siempre agua potable. Si no dispone de ella, hiérvala.
- Cuide la preparación, consumo y conservación de sus alimentos, mediante:
  - Cocinar completamente los alimentos. Evitar el consumo de carnes cruda o poco cocida, especialmente niños y adultos mayores.
  - Evitar la preparación de alimentos que se consumen crudos junto con las carnes crudas, no use las mismas superficies o utensilios de cocina.
  - Mantenga los alimentos a temperaturas seguras (bien fríos o bien calientes).
  - Lavar bien las frutas y verduras, especialmente si se comen crudas; si es posible, deben pelarse.
- No bañarse en agua que podría estar contaminadas por heces de animales.

### **¿Qué hacer si un niño menor de 5 años presenta los síntomas?**

Consulte de inmediato al doctor y en caso necesario llame a Salud Responde al 600 360 7777 para más información.