

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Sep 14, 2022

Disentería amebiana: Prevención

La disentería amebiana, o amebiasis, es una infección en los intestinos causada por un tipo de organismo llamado ameba. Lo más probable es que te contagies si has viajado a un país en desarrollo. Esta información le indica cómo puede ayudar a evitar que le suceda.

Por lo general, se contrae disentería amebiana después de comer alimentos contaminados o beber agua contaminada. Es más común en países donde las personas no tienen agua corriente limpia o pueden tener dificultades para mantener limpias las cocinas y los baños.

Si vas a viajar o si vives en una zona donde la disentería es un problema, hay algunas cosas que puedes hacer para tratar de evitar contraerla.

Agua

- No bebas agua del grifo.
- No beba bebidas servidas con hielo. El hielo generalmente se hace con agua del grifo.
- En lugar de agua del grifo, beba agua embotellada (con un sello intacto), bebidas gaseosas o café o té caliente.
- Puede hacer que el agua sea potable llevándola a ebullición completa durante unos minutos.
- También puede usar tabletas purificadoras de agua y un filtro para que el agua sea potable y potable. Puedes comprarlos en las tiendas de camping.
- No uses el agua del grifo, ni siquiera para cepillarte los dientes, a menos que estés seguro de que es segura.
- No tragues agua mientras te bañas o duchas.
- No nade en agua que pueda estar contaminada.

Higiene alimentaria

- Evite beber leche sin pasteurizar o comer productos lácteos elaborados con leche sin pasteurizar.

Disentería amebiana: Prevención

- Evite comer frutas y verduras crudas a menos que pueda pelarlas usted mismo.
- No coma alimentos cocidos que no estén bien calientes cuando se sirvan.
- No coma alimentos de vendedores ambulantes.
- Lávese las manos después de ir al baño y antes de comer.

Si te enfermas de diarrea después de haber estado de viaje, es importante que le digas a tu médico a dónde has viajado. Afectará el tipo de tratamiento que necesita.

Su médico puede aconsejarle sobre cómo asegurarse de no transmitir la infección a otras personas. Si trabaja con alimentos o si es un trabajador de la salud, es posible que deba ausentarse del trabajo hasta que su médico le dé el visto bueno para regresar al trabajo.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

