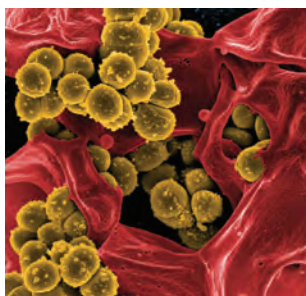


Staphylococcus aureus

Una causa común de enfermedades transmitidas por los alimentos asociada con la manipulación inadecuada de los alimentos.

¿Que es el *Staphylococcus aureus*?



Micrografía electrónica de barrido de *Staphylococcus aureus*
(Crédito de la imagen: NIAID)

El *Staphylococcus aureus* (estafilococo) es una bacteria y una causa significativa de las intoxicaciones causadas por alimentos en todo el mundo. El estafilococo se encuentra ampliamente distribuido en el medio ambiente, en lugares tales como el suelo, el agua y el aire, y en los objetos y superficies cotidianos. También se puede encontrar comúnmente en la piel y en la nariz del 25% o más de las personas sanas. Un informe de la organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la agricultura (FAO, por sus siglas en inglés) mostró datos donde se encontró estafilococo en el 98.5% de carne de cangrejo, el 73.5% de las gambas y el 66.7% de pescado.

¿Qué es una intoxicación de origen alimentario causada por estafilococo?

La intoxicación de origen alimentario causada por estafilococo es una enfermedad transmitida por los alimentos que causa gastroenteritis. Cuando los consumidores ingieren alimentos contaminados con las toxinas de estafilococos, los afectados pueden presentar náuseas, vómito, calambres estomacales y diarrea en tan sólo 30 minutos. Estos síntomas generalmente se desarrollan dentro de una a seis horas después de ingerir el alimento contaminado, y toma de uno a tres días para recuperarse de la enfermedad. Las personas más jóvenes y los adultos mayores pueden experimentar síntomas más severos.

¿Qué tan seguido ocurren las intoxicaciones de origen alimentario causadas por estafilococo?

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) estiman que las intoxicaciones de origen alimentario causada por estafilococo ocasionan aproximadamente 241,188

Fuentes de estafilococo:

- Medio ambiente: suelo, agua y aire.
- Humanos: piel, cortadas infectadas, espinillas y fosas nasales.

Síntomas de la intoxicación por alimentos con estafilococo:

- Náuseas.
- Vómito.
- Diarrea.
- Calambres estomacales.

Alimentos asociados con intoxicaciones de origen alimentario causadas por estafilococo:

- Carne y productos cárnicos.
- Aves y productos de huevo.
- Ensaladas con jamón, huevo, atún, pollo, papa y macarrones.
- Productos de panadería como pasteles rellenos de crema, pays de crema y éclairs o pepitos de chocolate.
- Rellenos de sándwiches y embutidos.
- Leche y productos lácteos.

enfermedades, 1,064 hospitalizaciones y 6 muertes en los Estados Unidos cada año.

El brote de enfermedades transmitidas por los alimentos causado por estafilococo más grande de los Estados Unidos ocurrió en 1990. Un total de 1,354 niños que comieron alimentos servidos en 16 escuelas en Texas resultaron enfermos después de consumir ensalada de pollo contaminada con la toxina de estafilococo. La ensalada de pollo fue preparada a temperatura ambiente y enfriada lentamente durante el almacenamiento refrigerado para luego ser retirada del refrigerador y dejarse nuevamente a temperatura ambiente antes de servirla.

Otro brote de enfermedades transmitidas por los alimentos causado por estafilococo ocurrió en una base militar en el 2012 donde se enfermaron 22 personas después de consumir un platillo de pollo, salchicha y arroz contaminado con toxinas de estafilococo. En este brote, la contaminación inicial pudo haberse dado cuando el cocinero manejó el pollo después de que este fue cocinado. El almacenamiento nocturno sin refrigeración del platillo precocinado pudo haber permitido que el estafilococo creciera y produjera toxinas. El recalentamiento del alimento antes de servirlo no eliminó la toxina de estafilococo.

¿Cómo se contaminan los alimentos con estafilococo?

Los alimentos con estafilococo pueden lucir y oler bien, incluso cuando hay toxinas presentes. Los alimentos pueden contaminarse con estafilococo cuando son preparados de una manera inadecuada. Los trabajadores que manipulan alimentos sin lavarse las manos, y los alimentos preparados y manipulados a temperaturas elevadas son las causas más comunes de la contaminación de los alimentos con estafilococos. Los alimentos también pueden contaminarse si se utilizan equipos o áreas de preparación sucias. Ya que el cocinar o recalentar los alimentos no destruye las toxinas, es importante que se prevenga que los alimentos se contaminen como una prioridad.

¿Qué alimentos están comúnmente asociados con las intoxicaciones por estafilococo?

Los alimentos cocidos o listos para su consumo (LPC), como la carne y los productos cárnicos, las ensaladas que contengan huevo, atún, pollo, ciertos productos de panadería, rellenos para sándwiches, embutidos, etc., se encuentran comúnmente asociados con la intoxicación por estafilococos. Ya que estos alimentos son altos en proteína y requieren una cantidad significativa de manipulación manual, generalmente a altas temperaturas durante su preparación, el riesgo de introducir estafilococos y que estos crezcan y formen toxinas es alto. Una vez que se ha formado la toxina, esta no puede ser removida mediante la refrigeración, cocción o recalentamiento del producto.

Prevención de la contaminación de los alimentos con estafilococos durante su preparación:

- Lávese las manos.
- Cúbrase cualquier cortada, raspón o herida.
- Cocine bien los alimentos.
- Prepare los alimentos a temperaturas controladas.
- Enfríe rápidamente y refrigere los alimentos preparados.
- Limpie y desinfecte las áreas y los equipos de preparación de los alimentos.
- No prepare o sirva alimentos para otros si tiene heridas o alguna infección de la piel en sus muñecas o manos.

Reducción del riesgo de intoxicaciones de origen alimentario causadas por estafilococo:

- Mantenga calientes los alimentos calientes y fríos los alimentos fríos.
- Evite consumir alimentos preparados por personas con síntomas de infección en la piel.
- No consuma alimentos que se mantuvieron a temperatura ambiente.
- Evite consumir alimentos que fueron manejados de forma inadecuada.

Tratamiento de una intoxicación de origen alimentario causada por estafilococo:

- Acuda al médico.
- Trate cualquier complicación hasta que ésta cese.
- No utilice medicamento a menos que éste haya sido recetado por un médico.

¿Cómo se previene una intoxicación de origen alimentario causada por estafilococo?

- Mantenga una buena higiene personal



Lávese bien las manos
(Crédito: MDSG)

Para prevenir la contaminación de los alimentos con estafilococo, es esencial que se lave bien las manos antes de manejar alimentos y regularmente durante la preparación de los alimentos, particularmente después de ir al baño o de tocarse el cabello, la cara o el cuerpo. Debido a que el estafilococo es la causa principal de las infecciones de la piel, los

trabajadores que trabajen con alimentos y que tengan heridas infectadas, quemaduras, cortadas o raspones deben mantener el área afectada cubierta con una venda y utilizar guantes para cubrir la venda hasta que estén curados por completo. Una vez que el estafilococo contaminó los alimentos y produjo la toxina, ésta no puede ser destruida por cocción o congelación.

- Cocine bien los alimentos



Cocine los alimentos apropiadamente
(Crédito: safefood.gov)

Es de esperarse que el estafilococo exista en todos los alimentos que son manipulados por seres humanos o que son de origen animal, a menos que se les aplique un proceso térmico. Por lo tanto es muy importante que cocine bien los alimentos (especialmente la carne, aves, huevo, pescado y mariscos) y evite la contaminación cruzada después de la cocción.

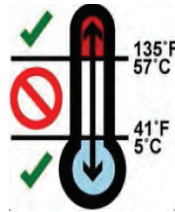
- Evite la contaminación cruzada



Evite la contaminación cruzada
(Crédito: MDSG)

Separar los alimentos crudos de los cocidos es esencial para prevenir la contaminación cruzada. Por ejemplo, separe la carne, aves y mariscos crudos de otros alimentos cocinados; utilice equipos, utensilios y contenedores separados para manejar y almacenar alimentos crudos y cocinados. Además, es crítico que evite recontaminar los alimentos ya cocinados.

- Maneje y mantenga los alimentos a temperaturas seguras



Evite la zona de peligro
(Crédito: IAFFP)

Los alimentos no deben de prepararse o almacenarse a temperaturas que permitan el crecimiento de estafilococo. Esto significa mantener calientes los alimentos calientes (135°F o más) y fríos los alimentos fríos (41°F o menos). El mantener los alimentos a temperaturas elevadas (entre 50°F y

113°F) durante su manejo y preparación puede resultar en el crecimiento de estafilococo y la producción de la toxina. También es importante enfriar rápidamente los alimentos preparados y luego refrigerarlos adecuadamente.

- Mantenga limpias las áreas y los equipos para la preparación de los alimentos



Mantenga el área de trabajo limpia
(Crédito: MDSG)

El lavar y desinfectar todas las superficies y equipos utilizados para la preparación de los alimentos antes y después de utilizarlos, puede minimizar el riesgo de contaminación cruzada con estafilococos entre los alimentos y el equipo.

¿Cómo se puede reducir el riesgo de una intoxicación de origen alimentario causada por estafilococo?

Tenga en mente que el consumir alimentos preparados por una persona con una infección en la piel y que se conservaron a temperatura ambiente o consumir el mismo alimento que alguien que presenta síntomas de una enfermedad gastrointestinal puede incrementar el riesgo de una intoxicación de origen alimentario causada por estafilococo.

¿Cómo se diagnostica y se trata una intoxicación de origen alimentario causada por estafilococo?

El historial de los alimentos y el rápido inicio de los síntomas son suficientes para diagnosticar la intoxicación de origen alimentario causada por estafilococo. Un cultivo coprológico y una prueba de sangre podrían hacerse en caso de ser necesarios. El doctor trata la intoxicación manejando las complicaciones hasta que éstas cesen. La deshidratación ocasionada por diarrea y vómito es la complicación más común. No utilice medicamentos como antibióticos y otros tratamientos a menos que el doctor se los recomiende.

Referencias

CDC: *Staphylococcal Food Poisoning*. Disponible en: <http://www.cdc.gov/ncidod/dbmd/diseaseinfo/staphylococcus_food_g.htm>. Accesado el 04/08/2015.

Food and Drug Administration (FDA). *Bad Bug Book, Foodborne Pathogenic Microorganisms and Natural Toxins*. Second Edition. 2012.

FAO. Fisheries Report No.514 Supplement, 1994.

Chengchu Liu (cathyliu@umd.edu) y Abigail Villalba (villalba@vt.edu)

Esta publicación, *Staphylococcus aureus: Una causa común de las enfermedades transmitidas por los alimentos asociada con la manipulación inadecuada de los alimentos (FS-1015)* es parte de una serie de publicaciones del programa de extensión de la Universidad de Maryland y del programa de extensión del *Maryland Sea Grant*. La información presentada cumple con los estándares de revisión de UME, incluyendo la revisión técnica interna y externa. Para más información sobre publicaciones y programas relacionados, visite <http://www.mdsg.umd.edu/seafood>. Por favor visite <http://extension.umd.edu/> para enterarse sobre los programas de extensión en Maryland.

Los programas del Colegio de Agricultura y Recursos Naturales de la Universidad de Maryland están abiertos a todos y no discriminarán a nadie por su raza, edad, género, color, orientación sexual, discapacidades físicas o mentales, religión, ascendencia, origen nacional, estado civil, información genética, afiliaciones políticas o identidad y expresión de género.