

Hoja informativa

Cólera

¿Qué es el cólera?

El cólera es una enfermedad diarreica causada por ciertos tipos de la bacteria *Vibrio cholerae*. El cólera suele ser leve, pero puede ser grave y potencialmente mortal. Aproximadamente el 10% de las personas diagnosticadas con cólera necesitarán tratamiento médico.

¿Cómo se propaga el cólera?

El cólera se propaga a través del agua y los alimentos contaminados. Es muy raro en los EE. UU. y las personas generalmente se infectan cuando viajan al extranjero a lugares donde el cólera es común. La enfermedad puede propagarse rápidamente en zonas con tratamiento inadecuado de aguas residuales y agua potable.

No es probable que la enfermedad se transmita directamente de una persona a otra.

¿Cuáles son las señales y síntomas del cólera?

Las señales y síntomas del cólera incluyen:

- Diarrea acuosa
- Vómitos
- Deshidratación severa y sed.
- Calambres en las piernas

¿Cuánto tiempo después de la infección aparecen los síntomas?

Los síntomas suelen aparecer 2 o 3 días después de que una persona ingiere la bacteria que causa el cólera. Sin embargo, los

síntomas pueden comenzar en pocas horas o tardar hasta 5 días en aparecer.

¿Quién corre mayor riesgo?

Aunque el cólera es extremadamente raro en los EE. UU., cualquier persona puede contraer cólera si come o bebe alimentos o agua contaminados. Los viajeros que visiten zonas con transmisión activa del cólera deben tomar precauciones para evitar alimentos y agua que puedan estar contaminados.

¿Cómo se diagnostica el cólera?

La única forma de diagnosticar el cólera es identificar la bacteria en una muestra de heces o vómito.

¿Cómo se trata el cólera?

El tratamiento principal para el cólera es la terapia de rehidratación para restaurar los líquidos y las sales perdidos a causa de la diarrea severa. Se pueden recetar antibióticos a quienes están gravemente enfermos, y el tratamiento con zinc en los niños puede ayudar a mejorar los síntomas.

¿Cómo se puede prevenir el cólera?

El riesgo de cólera en Estados Unidos es prácticamente inexistente. Cuando se toman precauciones simples, el riesgo de cólera es muy bajo para los viajeros, incluso para aquellos que visitan zonas con epidemia de cólera.

La vacuna contra el cólera puede recomendarse a los viajeros que visiten zonas de transmisión activa del cólera. Consulte [aquí](#) las recomendaciones de vacunas para su destino.

Si viaja a una zona con transmisión activa del cólera:

- Beba agua embotellada, si es posible. De lo contrario, deje hervir el agua durante un minuto antes de beberla. El agua carbonatada (mineral) embotellada es más segura que el agua sin gas. Otras bebidas seguras incluyen el té y el café preparados con agua hervida y las bebidas carbonatadas embotelladas sin hielo.
- Pida bebidas sin hielo, a menos que el hielo esté hecho con agua embotellada o hervida. Evite las paletas y los helados que puedan haber sido elaborados con agua contaminada.
- Coma sólo alimentos que estén bien cocidos y aún calientes, o frutas que usted mismo haya pelado.
- Evite el pescado y los mariscos poco cocidos o crudos, incluido el ceviche.
- Asegúrese de que todas las verduras estén cocidas; evite las ensaladas.
- Evite alimentos y bebidas de vendedores ambulantes.
- No traiga mariscos a los EE. UU.

Una regla general sencilla es: "¡Hiérvalo, cocínelo, pélelo u olvídelo!"

¿Dónde puedo obtener más información?

- Su proveedor de atención médica
- Su [departamento de salud local](#)
- [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(CDC\)](#)
- [Departamento de Salud y Servicios Humanos de Utah](#)

Última revisión: 07/2024