

¿CUALES SON LOS SINTOMAS?

Los síntomas aparecen por lo general en un período de 24 a 48 horas, y son, entre otros:

- **Fiebre / Escalofríos**
- **Lesiones en la piel**
- **Náusea / Dolor de estómago**
- **Vómitos**
- **Diarrhea**
- **Shock**

Si tiene cualquiera de estos síntomas después de comer ostiones crudos, **obtenga atención médica inmediatamente.**

Para los que están en un grupo de riesgo la infección puede causar la muerte en un periodo de dos días. La terapéutica más eficaz es el tratamiento precoz y agresivo con antibióticos.

Vibrio vulnificus pocas veces afecta a quienes gozan de buena salud, y cuando lo hace, los síntomas son leves y temporales.

PARA MAYOR INFORMACION

Puede comunicarse con los siguientes instituciones:

FDA Food Safety hotline: **1-888-723-3366**
FDA website: **www.fda.gov**
ISSC website: **www.issc.org**



CONSEJOS PRACTICOS PARA COCINAR OSTIONES (EN SU CONCHA)

- Compre ostiones con las conchas cerradas. Descarte cualquier ostión que tenga las conchas abiertas.
- Cueza los ostiones en cazuelas pequeñas para que los que estén en medio se cuezan totalmente.
- **HERVIDOS:** Siga hirviendo los ostiones entre 3 y 5 minutos más después de que las conchas se abran.
- **AL VAPOR:** Cocine los ostiones entre 4 y 9 minutos más en una cazuela que ya esté hirviendo.
- Descarte cualquier ostión que no abra las conchas durante de la cocción.

(SIN CONCHA)

- **HEIRVA** los ostiones a fuego lento por lo menos 3 minutos o hasta que se ricen los bordes.
- **FRIA** a 375 F por lo menos 3 minutos.
- **ASE** a 3 pulgadas del fuego durante 3 minutos.
- **HORNEE** 10 minutos a 450 F.

ISSC

**INTERSTATE SHELLFISH
SANITATION CONFERENCE**
(803) 788-7559 • www.issc.org

La American Liver Foundation ha examinado la información en este folleto y apoya los esfuerzos de la ISSC por educar a los consumidores con riesgo.



Para mayor información sobre las enfermedades del hígado y la hepatitis, dirijase a:

**1-800-GO-LIVER
(465-4837)**

www.liverfoundation.org

La información que aparece en este folleto no es una recomendación médica y no debe utilizarse como tal. La American Liver Foundation no ejerce la medicina y no recomienda, en ninguna circunstancia, tratamientos determinados para individuos concretos y aconseja, en todos los casos, que consulte a su médico antes de someterse a cualquier tratamiento.

El riesgo de comer Moluscos

CRUDOS

Con *Vibrio vulnificus*

**Consejos para las personas
con enfermedades del hígado,
diabetes o con las defensas bajas**





?SABIA USTED...?

Millones de personas en los Estados Unidos disfrutan los ostiones crudos cada año. Sin embargo, si usted padece del hígado, de diabetes o si tiene las defensas bajas, ciertas bacterias en los ostiones, los mejillones y las almejas podrían causarle una enfermedad grave.

Para evitar enfermarse:

- Jamás coma moluscos crudos.
- Coma únicamente mariscos que estén completamente cocidos.

?QUE ES VIBRIO VULNIFICUS?

Vibrio vulnificus es una bacteria que se encuentra a menudo en los ostiones. La gente que padece del hígado, de diabetes o que tiene las defensas baja puede enfermarse gravemente o morir si come moluscos crudos que contengan esta bacteria.

La U.S. Food and Drug Administration detectó 469 casos de *Vibrio vulnificus* causados por mariscos crudos desde 1995 hasta 2008. El noventa y ocho por ciento de estas enfermedades se ha vinculado al consumo de ostiones crudos, y el dos por ciento al de almejas duras del este (Eastern Hard Clams). Aproximadamente la mitad de los afectados murieron.

?DONDE SE ENCUENTRA?

La bacteria *Vibrio vulnificus* se encuentra en aguas costeras cálidas como las del Golfo de México. *Vibrio vulnificus* **NO** es producto de la contaminación. Se encuentra en aguas que han sido aprobadas para la pesca de moluscos. *Vibrio vulnificus* **NO** cambia el color, el sabor, ni la apariencia de las almejas.

?ESTA USTED EN GRUPO DE RIESGO?

Usted corre peligro de contraer una enfermedad grave si come mariscos crudos y padece de:

- **Enfermedades del hígado** (a causa de hepatitis, cirrosis, alcoholismo o cáncer)
- **Enfermedades por depósitos de hierro elevados** (hemo cromatosis)
- **Diabetes**
- **Cáncer** (entre otros leucemia, linfoma o la enfermedad de Hodgkin)
- **Trastornos estomacales**
- **O cualquier enfermedad o tratamiento médico que debilite las defensas.**

?No está seguro de su riesgo?
Consulte a su médico.

Las personas en buen estado de salud no corren riesgo de contraer una infección grave.

?COMO SE EVITA LA INFECCION?

Los mariscos crudos o poco cocidos con *Vibrio vulnificus* pueden hacerle mucho daño si padece del hígado, de diabetes o si tiene las defensas bajas.

También puede infectarse si, al estar nadando en el mar, estas bacterias entran a su cuerpo a través de una herida abierta.

Los médicos les recomiendan a aquéllos en riesgo que no coman ninguna proteína cruda de origen animal, entre otras, los moluscos crudos.

Si corre riesgo, tome estas precauciones:

JAMÁS coma ostiones crudos.

Coma únicamente ostiones que estén completamente cocidos--el calor destruye la bacteria.

JAMÁS nade o se bañe en el mar si tiene lesiones o heridas abiertas.

