

## ¿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
- Diarrea
- 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.cfsan.fda.gov](http://www.cfsan.fda.gov)**
- ISSC website: **[www.issc.org](http://www.issc.org)**

## CONSEJOS PRACTICOS PARA COCINAR OSTIONES

### EN SU CONCHA

- Cueza los ostiones en cazuelas pequeñas para que los que estén en medio se cuezan totalmente.
- **HERVIDOS:** Siga hirviendo los ostiones entre tres y cinco minutos más después de que las conchas se abran.
- **AL VAPOR:** Cocine los ostiones entre cuatro y nueve minutos más en una cazuela que ya esté hirviendo.

### SIN CONCHA

- **HIERVA** los ostiones a fuego lento por lo menos tres minutos o hasta que se rican los bordes.
- **FRIA** a 375°F por lo menos tres minutos.
- **ASE** a 3 pulgadas del fuego durante tres minutos.
- **HORNEE** diez minutos a 450°F.



INTERSTATE SHELLFISH  
SANITATION CONFERENCE  
(803) 788-7559 • [www.issc.org](http://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:*

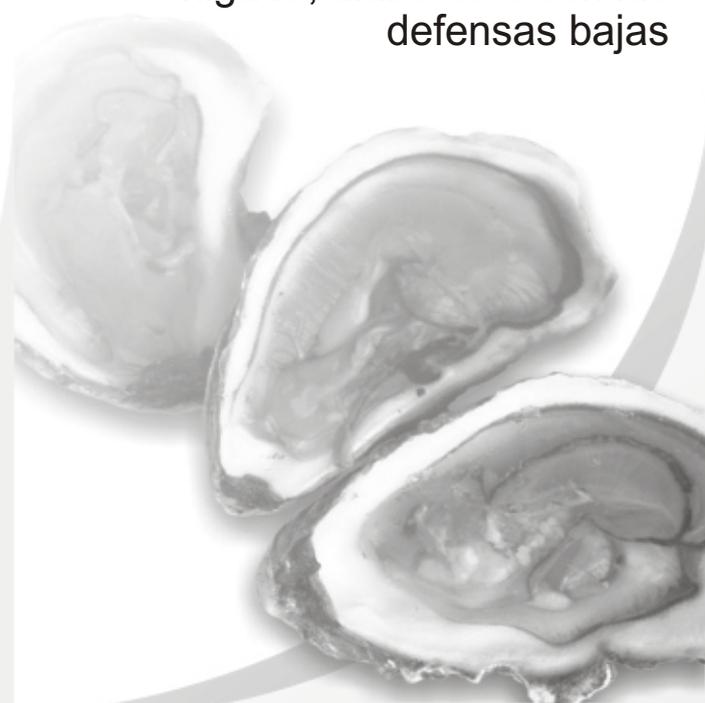


1-800-GO-LIVER (465-4837)  
[www.liverfoundation.org](http://www.liverfoundation.org)

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 disfrutaban 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 341 casos de *Vibrio vulnificus* causados por mariscos crudos desde 1989 hasta 2002. 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** (hemochromatosis)
- **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:

- **JAMAS** 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.