

¿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**
- ISSC website: **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 ricen 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

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, diríjase 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 discontinuados para individuos con esta y otras enfermedades, que consulte a su médico antes de comenzar a cualquier tratamiento.

El Riesgo de Comer Ostiones Crudos

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 ostiones, mejillones y almejas crudas.
- ❑ 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 ostiones crudos que contengan esta bacteria.

La U.S. Food and Drug Administration detectó 282 casos de *Vibrio vulnificus* causados por mariscos crudos desde 1989 hasta 2000. 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 ostiones y almejas. *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.

Si corre riesgo, tome estas precauciones:

- ❑ **JAMÁS** coma ostiones crudos.
Coma únicamente ostiones que estén completamente cocidos--el calor destruye la bacteria.
- ❑ Coma ostiones o almejas crudas únicamente si han sido tratadas y tienen la etiqueta: "Procesadas para reducir *Vibrio vulnificus* a niveles indetectables" ("Processed to reduce *Vibrio vulnificus* to non-detectable levels").
- ❑ **JAMÁS** nade o se bañe en el mar si tiene lesiones o heridas abiertas.