Escherichia coli (E. coli)

Esta hoja trata sobre la exposición a la Escherichia coli (E. coli) en el embarazo y durante la lactancia. Esta información se basa en estudios de investigación publicadas. No debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

¿Qué es la Escherichia coli?

La escherichia coli (E. coli) es un grupo de bacterias que viven naturalmente en los intestinos y la vagina. Las bacterias E. coli tienen muchos tipos (cepas) diferentes. La mayoría de las cepas de E. coli son inofensivas para el ser humano, pero algunas pueden causar enfermedades e infecciones graves. Las formas más comunes en que las personas pueden infectarse con E. coli son:

- Comer frutas y verduras crudas y sin lavar que estén contaminadas con E. coli
- Beber leche, jugos de frutas o sidra sin pasteurizar (la pasteurización implica calentar líquidos para matar cualquier contaminación bacteriana)
- Comer quesos blandos elaborados con leche sin pasteurizar
- Comer carne cruda o poco cocida
- Beber o nadar en agua infectada
- Entrar en contacto con heces de animales de granja o de zoológico infectados

¿Cómo puedo saber si tengo una infección por E. coli?

Comer o beber productos contaminados puede causar a algunas personas calambres estomacales, fiebre, diarrea y/o vómitos. En casos graves, puede haber diarrea con sangre, que requiere atención médica inmediata. En muy pocos casos, las personas con infección por E. coli pueden desarrollar una forma de insuficiencia renal denominada síndrome urémico hemolítico. Esta afección es grave y puede provocar daños en los riñones y la muerte.

Si tiene síntomas de una infección por E. coli, es probable que un proveedor de atención de salud necesite una muestra de heces (excrementos) suya para analizar la presencia de E. coli. La mayoría de las personas sanas se recuperan en un par de días sin necesidad de medicamentos. Si está muy enfermo, su proveedor de atención de salud puede recetarle medicamentos, incluidos antibióticos.

Tengo E. coli. ¿Puede hacer que me resulte más difícil quedar embarazada?

E. coli podría aumentar el riesgo de inflamación en el tracto reproductivo y los intestinos, bloqueos en las trompas de Falopio o endometriosis (cuando el tejido que normalmente recubre el útero crece fuera del útero). También podría afectar la fertilización (cuando el óvulo y el espermatozoide se unen para crear un embrión). Estos problemas pueden dificultar el embarazo.

¿Contraer una infección por E. coli aumenta la probabilidad de aborto espontáneo?

El aborto espontáneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. Tener una infección por E. coli en el estómago o en la orina probablemente no cause de forma directa un aborto espontáneo. Una infección por E. coli en el útero podría aumentar la probabilidad de aborto espontáneo. Si cree que tiene una infección por E. coli, hable con un proveedor de atención de salud de inmediato para que reciba un diagnóstico y tratamiento, si es necesario.

¿Contraer una infección por E. coli aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento?

Los defectos de nacimiento pueden ocurrir en cualquier embarazo por diferentes razones. De todos los bebés que nacen cada año, aproximadamente 3 de cada 100 (3 %) tendrán un defecto de nacimiento. Analizamos estudios de investigación para intentar comprender si una exposición, como E. coli, podría aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento en un embarazo. No se han realizado estudios para determinar si una infección por E. coli aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento.

¿Tener una infección por E. coli durante el embarazo aumenta la probabilidad de sufrir otros problemas relacionados con el embarazo?

Una infección por *E. coli* en la vagina o el útero podría aumentar la probabilidad de problemas relacionados con el embarazo, como parto prematuro (nacimiento antes de la semana 37) o bajo peso al nacer (peso inferior a 5 libras, 8 onzas [2500 gramos] al nacer). Podría haber una mayor probabilidad de sangrado, ruptura prematura de membranas (una ruptura del saco amniótico alrededor del feto, que contiene el líquido amniótico) o muerte fetal con infección grave por *E. coli*. También se han informado casos de sepsis (infección corporal grave y generalizada) durante el embarazo. Los bebés que nacen con infecciones por *E. coli* a veces están muy enfermos.

¿Tener una infección por E. coli durante el embarazo afecta el comportamiento o el aprendizaje futuro para el niño?

No se han realizado estudios para determinar si la infección por E. coli durante el embarazo puede causar problemas de comportamiento o aprendizaje en el niño.

¿Cómo puedo evitar contraer una infección por E. coli?

Para ayudar a prevenir la ingesta de alimentos y/o bebidas contaminadas:

- Lávese las manos con agua y jabón con frecuencia. Lávese siempre las manos después de manipular carne cruda, usar o limpiar el baño, cambiar pañales, manipular toallas o sábanas sucias y tocar animales u objetos del entorno de los animales.
- Limpie cualquier superficie que esté en contacto con la carne cruda con un desinfectante o una solución de lejía y agua.
- Cocine bien la carne, especialmente la carne molida, a 160 °F.
- Lave todas las verduras y frutas antes de comerlas.
- Beba únicamente leche, jugos y sidras pasteurizados (no crudos).
- Evite tragar agua al nadar.

Lactancia materna con una infección por E. coli:

La bacteria E. coli no pasa a la leche materna, por lo que la lactancia puede continuar. La leche materna contiene importantes factores inmunitarios que pueden ayudar a proteger al bebé de las infecciones. Tener diarrea y otros síntomas de la infección por E. coli puede disminuir la producción de leche, así que debe beber mucho líquido. Asegúrese de lavarse bien las manos antes de sostener o amamantar a su bebé. Si su bebé tiene diarrea u otros síntomas de infección por E. coli, comuníquese con el proveedor de atención de salud del bebé de inmediato. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia materna.

Si un hombre tiene una infección por E. coli, ¿podría afectar la fertilidad o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?

La E. coli se puede transmitir de persona a persona. Lávese las manos con frecuencia para ayudar a reducir la posibilidad de transmitir la infección a otras personas en su hogar. Las infecciones por E. coli del tracto genital pueden causar inflamación y problemas con los espermatozoides. Esto podría afectar la fertilidad masculina (capacidad de

dejar embarazada a una pareja). Para obtener más información, lea la hoja informativa de MotherToBaby acerca de exposiciones paternas en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/exposiciones-paternas/.

Haga clic aquí para acceder a **las referencias.**

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en MotherToBaby.org .

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 1 de noviembre de 2024.