Escherichia coli (E. coli)

Esta hoja trata sobre la exposición a ***Escherichia coli (E. coli)*** en el embarazo o durante la lactancia. Esta información 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?

Escherichia coli (***E. coli***) es un grupo de bacterias (gérmenes) 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 sin pasteurizar, jugos de frutas o sidra (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 condición 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?

La ***E. coli*** puede ser una causa de inflamación en el tracto reproductivo y los intestinos. En algunas personas puede estar asociada a la endometriosis (una enfermedad en la que el tejido que suele recubrir el útero crece fuera de él). La ***E. coli*** también se ha relacionado con la obstrucción de las trompas de Falopio. Los bloqueos pueden imposibilitar el embarazo al impedir que el óvulo llegue al útero.

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

El aborto espontáneo puede ocurrir en cualquier embarazo. Tener una infección ***por E. coli*** en el estómago o en la orina probablemente no cause directamente un aborto espontáneo. Sin embargo, dado que tener una infección por ***E. coli*** puede causar diarrea, y la diarrea hace que el cuerpo pierda mucho líquido, una persona embarazada que tiene una infección por ***E. coli*** puede deshidratarse. 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. Una infección ***por E. coli*** en el útero podría aumentar las posibilidades de pérdida del embarazo.

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

Cada embarazo comienza con un 3-5% de probabilidad de tener un defecto de nacimiento. Esto se conoce como riesgo de fondo. No se han realizado estudios para ver si una infección por E. coli aumenta la posibilidad de anomalías congénitas.

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

Una infección ***por E. coli*** en la vagina o el útero podría provocar problemas en el embarazo. La probabilidad de ruptura prematura de membranas (la bolsa amniótica que mantiene el líquido amniótico alrededor del bebé en desarrollo se rompe), parto pretérmino (parto antes de las 37 semanas de embarazo) o muerte fetal con infección grave por ***E. coli*** es mayor. Hay informes que dicen que la ***E. coli*** fue causante de bajo peso al nacer (pesar menos de 5 libras, 8 onzas [2500 gramos] al nacer). 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 aprendizaje futuro del niño?

No se han realizado estudios para ver si la E. coli en el embarazo puede causar problemas de conducta o de 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 solo leche, jugos y sidras que hayan sido pasteurizados.
- Evite tragar agua al nadar.

Amamantar mientras tengo 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 provocar una disminución de la producción de leche, por lo que se 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 su pediatra de inmediato. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia.

Si un hombre tiene una infección por E. coli, ¿puede ser más difícil embarazar a su pareja 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 enfermedad entre las personas que viven en su casa. Las infecciones por ***E. coli*** en el tracto genital pueden suponer infección e inflamación. Esto puede impedir o bloquear el movimiento de los espermas a través de la vía genital correctamente y podría dificultar la concepción en algunas personas. En general, es poco probable que las exposiciones de padres o donantes de esperma aumenten los riesgos del embarazo. Para obtener más información, lea la hoja informativa de MotherToBaby sobre las exposiciones paternas en https://mothertobaby.org/fact-sheets/paternal-exposures-pregnancy/.

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). *OTIS/MotherToBaby fomenta el lenguaje inclusivo y centrado en la persona. Si bien nuestro nombre todavía contiene una referencia a las madres, estamos actualizando nuestros recursos con términos más inclusivos. El uso del término madre o materna se refiere a una persona que está embarazada. El uso del término padre o paterno se refiere a una persona que contribuye esperma.* Copyright de OTIS, abril 1, 2023.