

Recuerdan las recomendaciones para prevenir el Síndrome Urémico Hemolítico

miércoles, 14 de enero de 2009

El Hospital Zonal "Ramón Carrillo" reitera las recomendaciones que surgen desde la Sociedad Argentina de Pediatría, dando a conocer la sintomatología de la enfermedad y los recaudos para prevenir el Síndrome Urémico Hemolítico. En nuestro país, el síndrome urémico hemolítico (SUH) es una enfermedad que puede aparecer a lo largo de todo el año. La Argentina es el país donde se diagnostica la mayor cantidad de casos en todo el mundo, alrededor de 300 casos nuevos por año. ¿A quiénes afecta? Generalmente afecta a lactantes, niños entre 6 a 36 meses de edad. Existen brotes en los meses más cálidos, pero aparecen nuevos casos durante todo el año. ¿Cómo se manifiesta? Comienza con una diarrea con moco, sangre o ambos en niños previamente sanos. Luego de tres o cuatro días aparece palidez, como expresión de anemia, es decir, que el niño se ve pálido porque empiezan a bajar los glóbulos rojos. Los riñones empiezan a fallar en su trabajo para eliminar sustancias tóxicas, por eso aumentan en la sangre la urea y la creatinina. En la mitad de los niños con esta enfermedad, esa falla de la función del riñón puede ser tan grave que el niño deje de orinar. En ese caso es necesario tratarlo con diálisis, que es un procedimiento que reemplaza la función de los riñones. En los casos más graves también se pueden afectar otros órganos, presentarse convulsiones o coma, puede subir la presión arterial o se corre el riesgo de que el intestino se perfora, con riesgo de vida. Esta enfermedad puede ser muy grave. El niño debe estar internado y ser tratado por un equipo especialista en nefrología infantil. Pese a su gravedad, actualmente, en manos expertas, la mortalidad es sólo del 2 al 3%. ¿Qué le puede pasar a mi hijo si tuvo un SUH? Debe continuar bajo control del especialista, además del pediatra, ya que la mayoría de los niños afectados por esta enfermedad cura definitivamente; aunque 30% de ellos podrá tener problemas en algún momento de la vida, tales como hipertensión arterial, fallo renal o ambos (esta es la segunda causa de insuficiencia renal crónica en niños en nuestro país). ¿Cuál es la causa de esta enfermedad? Es una enfermedad transmitida por alimentos contaminados con una variedad muy tóxica de una bacteria llamada *Escherichia coli*. Ingresa al organismo por la ingesta de carne (especialmente mal cocida), o por otros alimentos que hayan estado en contacto con la materia fecal de la vaca, como leche no pasteurizada, verduras y frutas mal lavadas, aguas contaminadas, etc. Estos alimentos a simple vista pueden aparentar estar en buen estado. Es importante tener cuidado en saber de donde provienen, cómo han sido conservados y procesados, observar la higiene, el cumplimiento de la cadena de frío y el grado de cocción. En esta situación lo más valioso es la prevención. Recomendaciones del Comité de Nefrología de la Sociedad Argentina de Pediatría para la prevención del Síndrome Urémico Hemolítico:

1. Asegurar la correcta cocción de la carne (la bacteria se destruye a 70° C). Esto se consigue cuando la carne tiene una cocción homogénea (cuando no quedan partes rojas).
2. Tener especial cuidado con la cocción de la carne picada, ya que generalmente se cocina bien sólo la parte superficial y la bacteria no se destruye si no llega la temperatura adecuada al interior.
3. Utilizar diferentes cuchillos para cortar la carne cruda y la cocida para no arrastrar bacterias de una a otra.
4. Evitar el contacto de las carnes crudas con otros alimentos; tener en cuenta cómo se disponen dentro de la heladera.
5. Consumir la leche y derivados correctamente pasteurizados y conservarlos en la heladera.
6. No consumir jugos de frutas envasados, que no sean pasteurizados.
7. Lavar cuidadosamente frutas y verduras.
8. Asegurar la correcta higiene de las manos (deben lavarse con agua y jabón), antes de procesar los alimentos.
9. Lavarse las manos con agua y jabón luego de ir al baño.
10. Concurrir a piletas de natación habilitadas para tal fin.
11. Se sugiere que los menores de dos años no ingieran "comidas rápidas".
12. Respetar la prohibición de no bañarse en aguas contaminadas.
13. Consumir agua potable. Ante la duda, hervirla.

Por un niño sano en un mundo mejor Sociedad Argentina de Pediatría