



Más amor. Menos enfermedades.



Preocupación por varios casos de Síndrome Urémico Hemolítico

En lo que va del año se registraron casos de la enfermedad en distintas provincias argentinas produciéndose mayor cantidad en los meses de verano. Entre las zonas más afectadas se encuentran: Ciudad y provincia de Buenos Aires, Santa Fe, Córdoba, Mendoza y Neuquén. También se detectaron casos en Salta y Tucumán.

Cada año en la Argentina se notifican unos 400 casos de Síndrome Urémico Hemolítico (SUH); aunque investigaciones y relevamientos de reportes tardíos realizados por el Ministerio y la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP) suelen arrojar como cifra final unos 450.

Sin embargo, el Doctor Ramón Exeni, integrante de LUSUH (Lucha contra el Síndrome Urémico Hemolítico), una Asociación Civil sin fines de Lucro, asegura que "los casos anuales llegan a 500, y posiblemente más, porque si bien desde el año 2002 es obligatorio que los centros de salud declaren los casos que reciben ante el Ministerio de Salud, es muy difícil hacer un seguimiento". Si bien el síndrome predomina en verano, los riesgos pueden extenderse durante todo el año, "incluso ahora hay un caso", afirmó Exeni.

"La Argentina es el país del mundo con más casos de síndrome urémico hemolítico", aseguró la doctora Graciela Vallejo, jefa de nefrología del Hospital de Niños, un centro de referencia para el SUH.

"Esto en parte se debe a una tendencia alimentaria muy específica: la Argentina es un país con un alto consumo de carne, que generalmente se come semicruda, cuando la única forma de matar la bacteria es cocinando bien la carne", comentó el doctor Jorge Fiorentino, jefe de emergencias del Hospital de Niños, al mismo matutino.

"El síndrome urémico hemolítico es una enfermedad grave causada por la bacteria de la Escherichia coli: el 99,99% de los casos requiere internación, ya que posee un compromiso renal de grado variable, que plantea la necesidad de diálisis. En la etapa aguda puede causar la muerte, como resultado de una cardiopatía", explicó la doctora Vallejo.

Las medidas para prevenir su contagio a través de los alimentos son sencillas y tienen que ver fundamentalmente con la higiene:

- Higienizarse las manos antes de manipular alimentos.

- Cocinar muy bien la carne, en especial la carne picada, hasta que no quede ninguna parte jugosa.
- Lavar todos los vegetales y las frutas bajo el chorro de agua potable para eliminar restos de suciedad y luego sumergir en una solución preparada de 10 gotas de lavandina de marca a reconocida por litro de agua durante dos minutos. Luego enjuagar bien con agua potable.
- Realizar una adecuada higiene y desinfección de las superficies y utensilios antes de manipular carnes crudas y carnes cocidas, vegetales u otras comidas listas para su consumo, y luego de dejar actuar durante dos minutos enjuagar con agua potable. La solución recomendada para la higiene es de 1 taza de lavandina en 5 litros de agua.
- Conservar los alimentos en recipientes separados para evitar el contacto entre los que están crudos y los cocidos o listos para consumir. Nunca dejar que la carne cruda o sus jugos entren en contacto con alimentos cocidos o con cualquier otra comida que será consumida sin cocción adicional.
- Almacenar la carne cruda en el estante inferior de la heladera o en el sector de la misma destinado a las carnes y mantenerla refrigerada (a temperaturas menores a 5°C) o congelada en todo momento.
- Descongelar los alimentos adecuadamente: durante la noche en la heladera o en el horno a microondas. Si se opta por este último método, cocinar el alimento inmediatamente luego de descongelarlo.
- No consumir jugos de fruta o productos lácteos que no hayan sido pasteurizados.

Fuentes:

Diario La Nación

LUSUH (Lucha contra el Síndrome Urémico Hemolítico)