

Agentes que causan enfermedades transmitidas por alimentos

Bacterias

Una de las **bacterias** que causan enfermedades transmitidas por alimentos es la *salmonella*, la cual está presente en jugos, frutas y vegetales crudos, además en productos de origen animal como pollo, pavo y carne que se encuentren poco cocidos, huevos y leche; en quienes se logre incubar la bacteria puede causar sintomatología como hemorragia y perforación intestinal.

Otra de las bacterias que causan enfermedades de transmisión intestinal es el *Bacillus cereus*. Esta tiene un tiempo de incubación muy corto, tan solo de 8 a 16 horas, y está presente en alimentos como cereales, natillas, salsas, albóndigas, todo tipo de embutidos (salchichas) y vegetales cocidos; los principales síntomas son la diarrea, náuseas y dolor abdominal.

Hongos

Para el caso de los hongos, se conoce a la *Ciclospora*. Esta tarda cerca de una semana en incubarse y está presente en frutas o vegetales que sean consumidos crudos; los síntomas que puede ocasionar son calambres o dolor estomacal. Otro de los hongos es el *Cryptosporidium*, cuya incubación tarda entre 1 a 12 días y se encuentra en las ensaladas de vegetales frescos, además de jugos de fruta preparados; entre los síntomas que causa el *Cryptosporidium* se encuentra la diarrea acuosa, dolor abdominal, fiebre, anorexia y vómito.

Parásitos

Para el caso de los parásitos, los tiempos de incubación son un poco más tardíos. Por ejemplo, la *Fasciola hepática* tarda cerca de 3 meses y está presente en plantas acuáticas, así como en aguas y vísceras contaminadas; la anemia es uno de sus síntomas. Otro parásito es la *Giardia*, la cual tarda hasta 6 semanas en incubarse y se encuentra en aguas, hortalizas y frutas crudas; este parásito causa dolores abdominales y diarrea.

Virus

Continuando con los diferentes agentes causantes de enfermedades transmitidas por alimentos, se encuentran los virus, por ejemplo, la Hepatitis A y E que tardan entre 14 a 28 días en manifestarse, estando presentes en el agua y en los alimentos contaminados; los síntomas que originan son orina oscura, heces de color arcilla, dolor articular y pérdida de apetito. Otro de los virus es el *Norovirus*, cuya incubación es demasiado rápida, tan solo 12 a 48 horas, encontrándose en mariscos (ostras), verduras de hojas verdes y frutas frescas; los principales síntomas son fiebre, dolor general en el cuerpo y en la cabeza.