



Buscar

Toda la OMS Este sitio

Acceso

La OMS

Países

Temas de salud

Publicaciones

Datos y estadísticas

Programas y proyectos

[OMS](#) > [Temas de salud](#) > [Cólera](#)

Preguntas más frecuentes e información para los viajeros

[¿Qué es el cólera?](#)

[¿Cómo se transmite el cólera?](#)

[¿Dónde se declaran los brotes?](#)

[¿Se puede prevenir el cólera?](#)

[¿De qué tratamientos se dispone?](#)

[¿Es necesario tomar antibióticos u otros medicamentos?](#)

[¿Confieren protección las vacunas?](#)

¿Qué es el cólera?

El cólera es una enfermedad diarreica causada por la infección del intestino por la bacteria *Vibrio cholerae*. La enfermedad afecta tanto a niños como a adultos.

En la mayoría de los casos la infección causa sólo diarrea leve o es asintomática. En un 5%-10% de los casos, sin embargo, los pacientes desarrollan una diarrea acuosa y vómitos muy importantes entre las 6 horas y 5 días después de la exposición a la bacteria. En estos casos, la pérdida de grandes cantidades de líquidos puede provocar rápidamente una deshidratación grave. A falta de un tratamiento adecuado, la muerte puede sobrevenir en cuestión de horas.

¿Cómo se transmite el cólera?

Una persona puede contraer la infección ingiriendo agua o alimentos contaminados por la bacteria. Fuentes habituales de infecciones transmitidas por los alimentos son el pescado y el marisco crudos o insuficientemente cocinados, las frutas y verduras crudas, y otros productos contaminados durante la preparación o el almacenamiento.

Las bacterias presentes en las heces de una persona infectada son la fuente principal de contaminación. La bacteria se encuentra también en ríos salobres y aguas costeras. La enfermedad, por consiguiente, puede propagarse con rapidez en las zonas donde no se tratan adecuadamente las aguas residuales y las fuentes de agua de bebida.

¿Dónde se declaran los brotes?

El cólera sigue siendo un riesgo permanente en muchos países. Esporádicamente pueden surgir nuevos brotes en cualquier parte del mundo donde el abastecimiento de agua, el saneamiento, la inocuidad de los alimentos y la higiene sean deficientes. El mayor riesgo se da en las comunidades superpobladas y los entornos de refugiados caracterizados por un saneamiento deficiente y por la contaminación del agua de bebida. Para informarse de si hay cólera en la zona a la que desee viajar, póngase en contacto con su proveedor de asistencia sanitaria, la oficina local de salud pública o el centro de salud para viajeros.

¿Se puede prevenir el cólera?

Sí. Las personas que viven en zonas de alto riesgo pueden protegerse observando unas cuantas normas sencillas de buena higiene y preparación segura de los alimentos, entre las que cabe citar el lavado meticuloso de las manos, especialmente antes de preparar los alimentos y antes de comer, la cocción completa de los alimentos y su consumo cuando aún estén calientes, la precaución de hervir o tratar el agua de bebida y el uso de de las instalaciones de higiene.

Tomando unas cuantas precauciones básicas, también los viajeros pueden protegerse contra el cólera y contra la mayoría de las otras enfermedades transmitidas por alimentos y por el agua. Sobre todo, los viajeros deben tener mucho cuidado con los alimentos y el agua, incluido el hielo, y recordar siempre esta sencilla regla: hervirlo, cocinarlo, pelarlo... o

PROGRAMAS Y
ACTIVIDADES DE LA
OMS

[Grupo Especial Mundial de Lucha contra el Cólera - en inglés](#)

[Cólera \(Iniciativa para la Investigación de Vacunas\) - en inglés](#)

[Medidas de control de los brotes de cólera \(Región de África\)](#)

[Cólera \(Región de las Américas\)](#)

[Cólera \(Región de Asia Sudoriental\)](#)

calientes, vino, cerveza, refrescos y aguas gaseosas, así como los zumos de fruta embotellados o envasados, son por lo general seguras.

- Evite el hielo, a menos que tenga la seguridad de que se haya hecho con agua potable.
- Coma sólo alimentos que estén bien cocidos y todavía calientes en el momento de servirlos. Los alimentos cocinados que se mantienen a temperatura ambiente durante varias horas y se sirven sin recalentar son una causa frecuente de infecciones.
- Evite el pescado y el marisco crudos y otros alimentos crudos. Se exceptúan las frutas y verduras peladas por usted mismo.
- Hierva la leche no pasteurizada antes de beberla.
- Los helados de procedencia incierta están con frecuencia contaminados y pueden ser causa de enfermedad. Si duda, evítelos.
- Cerciórese de que las comidas compradas a vendedores callejeros se hayan cocido a fondo en su presencia y no contengan alimentos no cocinados.

¿De qué tratamientos se dispone?

El tratamiento más importante es la rehidratación, que consiste en reemplazar rápidamente el agua y las sales perdidas como consecuencia de la diarrea y los vómitos graves. La rehidratación temprana puede salvar la vida de casi todos los enfermos de cólera. La mayor parte pueden rehidratarse rápida y fácilmente bebiendo grandes cantidades de una solución de sales de rehidratación oral. Los pacientes gravemente deshidratados necesitan a veces líquidos intravenosos.

Los paquetes de sales de rehidratación oral se pueden conseguir en la mayor parte de las farmacias urbanas y establecimientos de atención sanitaria. La OMS recomienda que los viajeros lleven en su botiquín sales de rehidratación oral.

Si sufre usted diarrea -especialmente si se trata de diarrea grave- y se encuentra en una zona donde hay cólera, busque de inmediato a un médico u otro dispensador de atención sanitaria suficientemente capacitado. Empiece a beber agua y otros líquidos no azucarados, como sopas, a la espera de recibir tratamiento médico.

¿Es necesario tomar antibióticos u otros medicamentos?

En algunos casos de cólera grave, un antibiótico eficaz puede ayudar a acortar la enfermedad, aunque la rehidratación sigue siendo el principal pilar del tratamiento. Si hay que tratar a toda una comunidad, sin embargo, la administración masiva y preventiva de un antibiótico no limita la transmisión del cólera, y por lo tanto no se recomienda. Tampoco se recomienda el uso de medicamentos antidiarreicos, como la loperamida, que no deben administrarse nunca.

¿Confieren protección las vacunas?

La vacuna anticolérica inyectable que antes se utilizaba confería una protección incompleta, poco fiable y de corta duración, y ya no se recomienda. Los viajeros pueden emplear ahora dos nuevas vacunas orales que confieren una protección razonable por espacio de hasta 3 años. Sin embargo, como esa protección no es del 100%, hay que seguir observando las precauciones higiénicas básicas. Para más información, póngase en contacto con su centro local de medicina de viajes.

Ningún país exige prueba alguna de vacunación contra el cólera como condición para entrar en él, y el certificado internacional de vacunación ya no reserva un espacio para consignar la vacunación contra esa enfermedad.