

O QUE É SALMONELLA

O que é Salmonela? Salmonela é uma bactéria que pode provocar diversas doenças gastrintestinais graves. A quantidade de bactérias ingeridas determina se a doença vai ou não se manifestar.

O que é salmonelose e salmonela Salmonelose é infecção por uma bactéria chamada salmonela. A maioria das pessoas infectadas por salmonela desenvolve diarreia, febre e cólica abdominal entre 12 e 72 horas depois da infecção.

Salmonelose geralmente dura entre 4 e 7 dias, sendo que a maioria das pessoas se recupera sem necessidade de tratamento. Porém, em algumas pessoas, a diarreia pode ser tão forte que o paciente precisa ser hospitalizado. Nesses pacientes a infecção por salmonela pode se espalhar dos intestinos para a corrente sanguínea, e daí para outras partes do corpo, podendo ser fatal caso a pessoa não seja tratada rapidamente com antibióticos. Idosos, crianças e aqueles com sistema imunológico enfraquecido tem mais probabilidade de desenvolverem casos graves de salmonelose. A salmonela está sempre presente nos ovos? Felizmente, é raro encontrar salmonela nos ovos. Se a galinha estiver contaminada e excretar a salmonela, os germes podem penetrar no ovo através da casca contaminada. Mesmo assim, pouquíssimas bactérias contaminarão o ovo propriamente dito. Quanto mais fresco o ovo, menores as chances de proliferação das bactérias. Em temperaturas inferiores a seis graus centígrados, as bactérias dificilmente se multiplicam, mas em temperatura ambiente, elas se reproduzem rapidamente. Uma vez presentes esses hóspedes indesejados sobrevivem intactos à refrigeração ou até ao congelamento. A única forma de destruí-los é submetê-los a temperaturas superiores a setenta graus centígrados. Como se proteger da salmonela

- Nunca guarde os ovos para depois. Compre sempre ovos frescos e consuma-os rapidamente.
- Ao comprar ovos de galinha, guarde-os imediatamente na geladeira.
- Em pratos

- que levam ovos crus (por exemplo, tiramisú, zabaglione), use apenas ovos muito frescos. Não guarde as sobras.
- Cozinhe os ovos colocando-os diretamente na água fervendo e mantendo-os em fogo brando durante pelo menos cinco minutos.

- Após a data preferencial de consumo, certifique-se de que os ovos foram muito bem cozidos antes de comê-los.
- Ovos com a casca danificada devem ser muito bem cozidos e consumidos imediatamente.
- Na geladeira,

- consERVE os ovos sempre longe de saladas e vegetais.
- Lave as mãos regularmente ao manusear alimentos.

saber se os ovos estão frescos Se você não sabe há quanto tempo seus ovos estão na geladeira, esses testes simples vão dizer se eles ainda estão frescos. Agitar Agite o ovo. Se você ouvir o som da gema batendo contra a casca, isso indica que a célula de ar já está bastante grande e a clara aguada. Quando o ovo não está mais tão fresco, a gema se movimenta em seu interior. Quebrar Quebre o ovo em um prato. O ovo fresco tem a gema arredondada envolta por um anel de clara. A gema achatada e a clara esparramada significam que o ovo já tem algum tempo e precisa ser muito bem cozido. Flutuar Coloque o ovo dentro de um copo alto cheio d'água. Os ovos muito frescos descem para o fundo do copo. Ovos com cerca de sete dias começam a subir para a superfície, com a parte arredondada voltada para cima. Se o ovo flutuar na superfície da água, isso significa que tem pelo menos 21 dias. Sua célula de ar já está suficientemente grande para fazer o ovo subir. Teste da luz Coloque o ovo contra luz forte. Os ovos crus frescos são translúcidos. Você gira o ovo em várias direções e a gema permanece no centro. À medida que o tempo passa, a gema começa a se deslocar. Intoxicação Alimentar

O que é Salmonelose é uma doença infecciosa provocada por um grupo de bactérias do gênero Salmonella, que pertencem à família Enterobacteriaceae, existindo muitos tipos diferentes desses germes. A Salmonella é conhecida há mais de 100 anos e o termo é uma referência ao cientista americano chamado Salmon, que descreveu a doença associada à bactéria pela primeira vez. Como se Adquire A Salmonella é transmitida ao homem através da ingestão de alimentos contaminados com fezes animais. Os alimentos contaminados apresentam aparência e cheiro normais e a maioria deles é de origem animal, como carne de gado, galinha, ovos e leite. Entretanto, todos os alimentos, inclusive vegetais, podem tornar-se contaminados. É muito freqüente a contaminação de alimentos crus de origem animal. O cozimento de qualquer destes alimentos contaminados mata a Salmonella. A manipulação de alimentos por pessoas contaminadas que não lavam as mãos com sabonete, pode causar sua contaminação. Fezes de animais de estimação, especialmente os que apresentam diarreia, podem conter Salmonella, e as pessoas em contato com estes animais podem ser contaminadas e contaminar a outras se não adotarem medidas rígidas de higiene (lavar as mãos com sabonete). Répteis são hospedeiros em potencial para a Salmonella e as pessoas devem lavar as suas mãos imediatamente após manusear estes animais, mesmo que o réptil seja saudável. O que se Sente A maior parte das pessoas infectadas com Salmonella apresenta diarreia, dor abdominal (dor de barriga) e febre. Estas manifestações iniciam de 12 a 72 horas após a infecção. A doença dura de 4 a 7 dias e a maioria das pessoas se recupera sem tratamento. Em algumas pessoas infectadas, a diarreia pode ser severa a ponto de ser necessária a hospitalização devido à desidratação. Os idosos, crianças e aqueles com as defesas diminuídas (diminuição da resposta imune) são os grupos mais prováveis de ter a forma mais severa da doença. Uma das complicações mais graves é a difusão da infecção para o sangue e daí para outros tecidos, o que pode causar a morte caso a pessoa não seja rapidamente tratada. Como se Faz o Diagnóstico Muitas doenças podem causar as mesmas manifestações que a salmonelose, sendo o diagnóstico, na maior parte das vezes, associado à história alimentar recente. A comprovação de que as manifestações clínicas são causadas pela Salmonella só pode ser feita pela identificação do germe nas fezes da pessoa infectada e é útil somente nos casos mais graves, em que a administração de antibiótico se faz necessária. Este teste usualmente não é realizado em um exame comum de fezes, sendo necessário uma instrução específica ao laboratório para a procura do germe nas fezes. Uma vez identificado pode ser realizada a cultura das fezes para a determinação do tipo específico e qual antibiótico deve ser utilizado para o tratamento. Como se Trata A infecção por Salmonella usualmente dura de 5 a 7 dias e freqüentemente não é necessário tratamento, sendo suficiente as medidas de suporte e conforto ao paciente. Após este período, a pessoa fica recuperada, podendo permanecer ainda por algum tempo um hábito intestinal irregular. Caso o paciente se torne severamente desidratado ou a infecção se difunda do intestino para outras regiões do organismo, medidas terapêuticas devem ser tomadas, incluindo a hospitalização. Pessoas com diarreia severa devem ser reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

reidratadas através da administração endovenosa de soro. Os casos graves, em que a infecção se difunde, devem ser

tratados com antibióticos. Como se Previne Sendo os alimentos de origem animal uma das principais fontes de contaminação por Salmonella, ovos, carne e galinha não devem ser ingeridos crus, mal-passados ou não completamente cozidos. Atenção especial deve ser dada aos ovos crus que aparecem sem serem percebidos em um grande número de pratos, como maionese caseira, molho holandês, tiramisu, sorvete caseiro. Estes pratos devem ser evitados. Carnes em geral, incluindo hambúrgueres e frango, devem ser bem cozidas (não devem estar avermelhadas no centro). Leite não pasteurizado deve ser evitado. Todos os produtos devem ser bem lavados antes de sua preparação e consumo. Contaminação entre alimentos deve ser evitada: carnes cruas devem ficar separadas de alimentos que estão sendo preparados, de alimentos já cozidos e de alimentos prontos para serem servidos. Todos os utensílios de cozinha (tábuas, facas, etc.) devem sempre ser lavados após sua utilização em alimentos crus. As mãos devem ser lavadas antes do manuseio de qualquer alimento e entre o manuseio de diferentes itens alimentares. Já que os répteis são portadores em potencial da Salmonella, qualquer pessoa deve lavar as mãos imediatamente após o contato com estes animais. Répteis, incluindo as tartarugas, não são apropriados como animais de estimação de crianças e não deveriam habitar o mesmo ambiente.