

LRC e-news

Núm. 8 · Agost de 2013

20 ANYS
Laboratori de Referència de Catalunya

Síndrome diarreica aguda estival



Amb l'arribada de l'estiu i la calor esdevé més difícil mantenir la cadena de fred dels aliments. Si les mesures higièniques quotidianes no són les adequades, s'incrementa el risc de contaminació de l'aigua i aliments per microorganismes.



La conseqüència més immediata és l'augment de quadres clínics simptomàtics caracteritzats per deposicions líquides freqüents i dolor abdominal intens, acompanyats sovint de febre i vòmits (**síndrome diarreica aguda**). L'etiologia de la major part dels casos de diarrea infecciosa durant tot l'any és la viral (*Rotavirus* i *Norovirus*), no obstant això, durant l'estiu és relativament habitual en el nostre entorn que es produeixi un augment de les infeccions per etiologia bacteriana.

Els principals agents bacterians causants de les diarrees estivals són:

- ✓ *Campylobacter sp*
- ✓ *Salmonella sp*
- ✓ *Shigella sp*
- ✓ *Escherichia coli*

En relació amb la dieta...

- ✓ *Beure molta aigua i líquids*
- ✓ *Mantenir una dieta tova i astringent incloent-hi aliments com plàtans molt madurs, arròs blanc, pa torrat, pastanagues bullides, pollastre i peix blanc a la planxa sense pell ni greix*
- ✓ *Evitar els derivats làctics i els àpats greixosos, amb fibra o molt dolços*
- ✓ *És recomanable incorporar el iogurt al final del procés diarreic, pel seu elevat contingut en probiòtics*

Una de les complicacions més comunes de la diarrea és la **deshidratació**. En la major part dels casos la simptomatologia clínica remet de manera natural i generalment no és necessari tractament addicional; únicament és recomanable prendre mesures per recuperar els electròlits, líquids (rehidratació) i alguns dels nutrients perduts durant la fase aguda. Només en els quadres més greus, és necessària la intervenció mèdica. En aquests casos, pot ser rellevant el diagnòstic de laboratori: l'estudi microbiològic de les femtes (*coprocultiu*) i l'estudi directe de la mostra al microscopi per descartar paràsits, són determinants per confirmar l'etiologia de la infecció.

Consells per a la prevenció de la diarrea infecciosa...

- ✓ *Rentar-se les mans amb aigua i sabó abans de menjar o cuinar i després d'anar al bany*
- ✓ *Mantenir els aliments ben tapats i refrigerats*
- ✓ *Rentar la fruita i verdura abans de consumir-la*

Si viatja a països amb una higiene precària...

- ✓ *Beure aigua envasada amb precinte, no beure aigua de l'aixeta*
- ✓ *Evitar el consum d'aliments crus, fruites sense pelar, pastisseria feta a base de cremes, glaçons de gel, sucs i gelats de venda ambulants*

Notícies del laboratori

Nous robots preanalítics a Mas Blau

Des del dia 24/07/2013 funcionen a ple rendiment a Mas Blau els nous robots de fase preanalítica. Juntament amb els canvis organitzatius introduïts en la secció, aquests robots facilitaran l'optimització dels fluxos de treball i contribuiran a l'augment del rendiment dels processos. Tot plegat, encaminat a aconseguir una millora en els temps de resposta de l'àrea analítica i una millor qualitat dels resultats.



Administració: 932483027
Laboratori: 932483028

www.lrc.es