

## Escherichia coli y el temor de los deportistas en París

Tras lo ocurrido con la belga Claire Michel, quien debió estar varios días internada por una infección producida por el contacto con Escherichia coli, luego de nadar en las aguas del Sena, otros deportistas, entre ellos los triatletas portugueses y la peruana María Alejandra Bramont han expresado su preocupación por haber competido en el afluente parisino.

La Escherichia coli es una bacteria que forma parte integral del aparato gastrointestinal humano y animal. Generalmente, estas bacterias no son patógenas y se encuentran en equilibrio dentro de la flora intestinal normal. Sin embargo, algunas poblaciones de esta especie han adquirido genes que pueden causar infecciones y por su capacidad provocar diarreas.

Dentro de las cepas patógenas, encontramos la Escherichia coli enterotoxigénica, que es conocida por causar la diarrea del viajero, una afección común cuando se viaja a otros países con condiciones sanitarias diferentes. Otra variante, la Escherichia coli enteropatógena, afecta principalmente a niños menores de cinco años. La Escherichia coli enterohemorrágica (EHEC), particularmente el serotipo O157:H7, es la más frecuente e importante en términos de salud pública. Esta cepa puede provocar diarrea severa, que puede variar de sanguinolenta a no sanguinolenta. Además, puede dar lugar al Síndrome Hemolítico Urémico (SHU), una complicación grave que puede resultar en insuficiencia renal aguda. El SHU puede aparecer incluso después de que la diarrea haya desaparecido y es una condición que puede ser mortal si la bacteria produce la toxina shiga.

La EHEC se transmite principalmente a través de brotes de contaminación alimentaria, y se considera un patógeno emergente con un alto impacto en la salud pública. Es la única categoría de E. coli diarreogénico considerada zoonosis, es decir, que puede transmitirse de animales a humanos. La



**Alejandra Soto Labra**  
**Directora de Tecnología Médica**  
**Universidad Andrés Bello**

transmisión suele ocurrir a través de carne cruda o mal cocida de vacuno, aunque también puede darse a través de alimentos contaminados, como vegetales mal lavados.

Para prevenir infecciones por Escherichia coli, es crucial adoptar medidas de higiene rigurosas. Esto incluye el lavado frecuente de manos después de usar el baño y antes de manipular alimentos, ya que la bacteria puede transmitirse de persona a persona a través de la vía fecal-oral. También es importante asegurar la cocción completa de los alimentos, alcanzando una temperatura interna de 70°C, lo que ayuda a destruir estas bacterias. Además, se debe prestar atención a la limpieza adecuada de alimentos y agua para evitar la contaminación.