
Giardiasis y Diarrea por Giardia

¿Qué es la Giardia?

Es un germen del grupo de los parásitos que tienen una única célula.

Se diferencia de otros parásitos como son las "[lombrices](#)" de los niños (oxiuros) en que es muy pequeño, y no se ve a simple vista. Se necesita un microscopio para verlo.

Su transmisión es principalmente fecal-oral.

Vive en el intestino; humano y en el de algunos animales. Allí crece, se reproduce y después es expulsado junto a las heces. Para sobrevivir fuera del intestino adquiere una cobertura exterior y forma el llamado quiste. El quiste es más resistente. Sobrevive largo tiempo, sobre todo en ambientes húmedos (en el suelo, en el agua o en los alimentos) hasta que es de nuevo ingerido y así se completa el ciclo.

¿Qué es la Giardiasis?

Se llama Giardiasis a la infección producida por este parásito. Es una infección muy común en todas las partes del mundo. Dentro de las infecciones provocadas por pequeños parásitos, es la más frecuente a nivel mundial. Es especialmente frecuente en guarderías.

¿Cómo se contagia?

Por la ingestión del parásito en forma de "quiste".

Se contagia por las heces, aguas contaminadas (piscinas, fuentes, arroyos), alimentos no cocinados (frutas y verduras), contacto con superficies contaminadas (juguetes, pañales, muebles).

¿Qué síntomas puede producir?

Más de la mitad de los pacientes afectados no presentarán síntomas. Esto es importante, porque puede pasar desapercibida y la pueden transmitir sin saberlo.

Los niños menores de 5 años son los que con más frecuencia sufren los síntomas.

Los síntomas pueden aparecer de forma brusca (aguda):

- [Dolor abdominal](#).
- Nauseas y vómitos.

- Gases, distensión abdominal.
- [Diarrea](#): las deposiciones suelen ser muy malolientes. No suelen tener sangre.
- No suele haber fiebre.
- En algunos casos graves pueden verse signos de deshidratación.

Otras veces los síntomas aparecen de forma más lenta, crónica, con frecuencia se pueden confundir con otros problemas digestivos. En ellas destaca:

- Diarreas prolongadas que a veces pueden alternar con episodios de estreñimiento.
- Malabsorción de alimentos.
- Pérdida de peso.

¿Qué tengo que hacer si sospecho que mi hijo lo padezca?

Cuando se sospecha, tu pediatra solicitará un estudio de las heces para buscar los quistes y puede que te mande un [tratamiento](#) para destruir al parásito.

Para aumentar las posibilidades de encontrar al parásito en las heces, no vale con recoger una sola muestra. Se aconseja hacerlo durante 3 días alternos, pues la expulsión por las heces se da de forma intermitente.

¿Cómo puedo evitar la giardiasis?

Ningún medicamento previene la infección. La única manera de evitarla son las medidas de higiene:

- [Lavados de manos](#) varias veces al día:
 - Siempre antes de comer.
 - Siempre tras cambiar los pañales.
- Cuidado con las aguas no tratadas:
 - No bañarse en aguas que pudieran estar contaminadas.
 - [Si viaja a zonas donde hay dudas](#) de que el agua no sea adecuadamente tratada: beba agua embotellada.
 - Beba agua embotellada o si no hubiera, hierva el agua de beber.
 - Hierva el agua que vaya a usar para lavar los platos o los dientes.
- Cuidado con los alimentos:
 - Pele las frutas y verduras antes de consumir.
 - No coma alimentos poco cocinados: el calor destruye el parásito.

¿Si ya tenemos “el bichito “, podemos hacer algo para evitar su propagación?

- Cuando los niños tengan diarrea manténgalos en casa: no los lleve a la escuela u otras actividades hasta que las deposiciones sean normales.
- Lávese muy bien las manos después de limpiar el “culete” al niño.
- Enseñe a sus hijos el hábito de [lavarse las manos](#) antes de comer.

Enlaces de interés para familias

- [NHS](#): Sitio web de salud más grande del Reino Unido

- [Healthy children.org](http://Healthychildren.org): Web para familias de la Academia Americana de Pediatría.
- Medline Plus: Informacion de salud para usted. Biblioteca Nacional de Medicina de los EEUU.

GIARDIASIS Y DIARREA POR GIARDIA

¿ Qué es la giardiasis?

- Es una infección producida por un parásito llamado **Giardia**.
- Vive en el intestino humano y de algunos animales.
- Es expulsado a través de las heces y puede contaminar el agua y los alimentos.



¿ Cómo se transmite?

El mecanismo de transmisión es **fecal-oral**, a través de la ingestión de las aguas o alimentos contaminados



¿ Qué síntomas provoca ?

- Diarrea: aguda o prolongada
- Dolor abdominal
- Náuseas, vómitos
- Malabsorción, pérdida de peso

¿ A quien puede afectar?

Aunque puede afectar a cualquier persona, los que con más frecuencia la sufren son los niños pequeños.



Es más frecuente en guarderías.

¿ Qué puedo hacer para evitar esta infección?

Lavado de manos

Si no sabes si el agua ha sido adecuadamente tratada:



1. Bebe agua embotellada

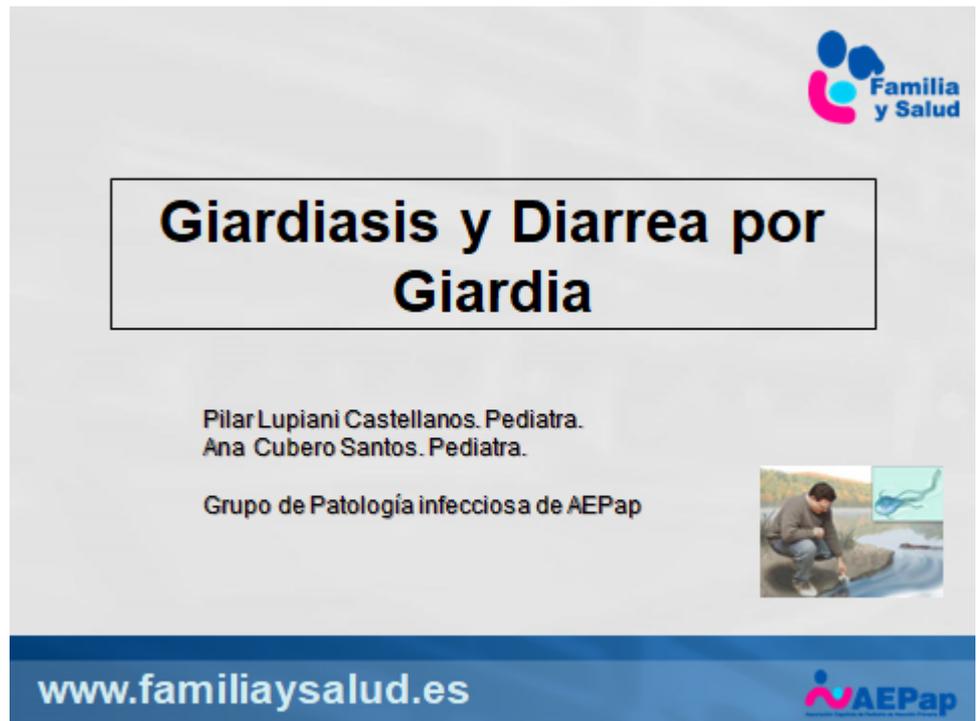
2. No te bañes

3. Pela las frutas y verduras

4. No comas alimentos crudos o poco cocinados

Podéis descargar la infografía [en PDF pinchando aquí](#).

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:



The image shows the cover of a presentation slide. At the top right is the logo for 'Familia y Salud', which consists of three stylized human figures in blue and pink. The title 'Giardiasis y Diarrea por Giardia' is centered in a large, bold, black font within a white rectangular box. Below the title, the authors are listed: 'Pilar Lupiani Castellanos. Pediatra.' and 'Ana Cubero Santos. Pediatra.'. Underneath that, it says 'Grupo de Patología infecciosa de AEPap'. To the right of the text is a small inset image showing a person crouching by a riverbank, with a magnified view of a Giardia parasite. At the bottom of the slide, there is a blue banner with the website 'www.familiaysalud.es' on the left and the AEPap logo on the right.

Fecha de publicación: 5-03-2014

Última fecha de actualización: 08-06-2019

Autor/es:

- [M^a Pilar Lupiani Castellanos](#). Pediatra. Centro de Salud 'Tincer'. Santa Cruz de Tenerife
- [Ana Cubero Santos](#). Pediatra. Centro de Salud "El Progreso". Badajoz
- [Josep Bras i Marquillas](#). Pediatra (y abuelo). Jubilado. Barcelona

