



WHAT IS STEC?

STEC is a bacteria that produces a toxin. This causes people to get sick. It causes mild to severe symptoms.

HOW IS STEC SPREAD?

Infections in humans are often caused by eating or drinking something that has the bacteria in it. It may also spread through animals and person to person. The bacteria are released in the poop of those infected. Poor hand hygiene allows bacteria to pass on to others.

WHAT ARE THE SIGNS AND SYMPTOMS OF STEC?

Illness may be mild to severe. Common symptoms of an infection include:

- Diarrhea (sometimes bloody)
- Abdominal cramps
- Nausea and vomiting
- Fever

In severe cases, STEC infections may harm the kidneys or cause other complications. This is a risk for children and older adults.

WHAT IS THE TREATMENT FOR STEC?

There is no known treatment to shorten symptoms. Drink plenty of fluids to hydrate. If symptoms are serious in children or older adults, seek medical care.

HOW CAN YOU PREVENT AN STEC INFECTION?

- Do not eat raw or undercooked beef. Cook all meats to the recommended temperatures.
- Drink only pasteurized milk and milk products, juices, and cider.
- Use separate cutting boards and plates for raw meat.
- Thoroughly wash all fruits and vegetables before eating them raw.
- Always wash your hands with hot soapy water:
 - After using the toilet or changing a diaper
 - After touching animals
 - After touching raw meats or poultry
 - Before touching, preparing, or eating food

IF SICK WITH STEC, THE HEALTH DEPARTMENT MAY RESTRICT FROM WORK OR SCHOOL.

FOLLOW UP

- Do not prepare food for others if you have diarrhea.
- Disinfect bathrooms and shared surfaces/appliances. Also, disinfect toys. Use 1 tablespoon of bleach to 1 gallon of cool or lukewarm water.
- For two weeks after diarrhea has stopped avoid going into: pools, hot tubs, splash pads, oceans, lakes, or rivers.

SCAN ME 

COMMUNICABLE DISEASE

3160 Center Street NE

Salem, OR 97301

Phone: 503-588-5621

<https://www.co.marion.or.us>

FOR MORE INFORMATION
VISIT THE CDC PAGE AT
WWW.CDC.GOV/ECOLI
OR SCAN QR CODE





¿QUÉ ES STEC?

STEC es una bacteria que produce una toxina. Esto hace que la gente se enferme. Provoca síntomas de leves a graves.

¿CÓMO SE TRANSMITE STEC?

Las infecciones en humanos a menudo son causadas por comer o beber algo que contiene la bacteria. También puede transmitirse a través de animales y de persona a persona. Las bacterias se liberan en las heces (popó) de las personas infectadas. La mala higiene de las manos permite que las bacterias se transmitan a otras personas.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE STEC?

La enfermedad puede ser leve a grave. Los síntomas comunes de una infección incluyen:

- Diarrea (a veces con sangre)
- Calambres abdominales
- Náuseas y vómitos
- Fiebre

En casos graves, las infecciones por STEC pueden dañar los riñones o causar otras complicaciones. Este es un riesgo para niños y adultos mayores.

¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO PARA STEC?

No se conoce ningún tratamiento para acortar los síntomas. Beba muchos líquidos para hidratarse. Si los síntomas son graves en niños o adultos mayores, busque atención médica.

¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR UNA INFECCIÓN POR STEC?

- No coma carne de res cruda o poco cocida. Cocine todas las carnes a las temperaturas recomendadas.
- Beba únicamente leche, productos lácteos, jugos y sidra pasteurizados.
- Utilice platos y tablas de cortar separados para la carne cruda.
- Lave bien todas las frutas y verduras antes de comerlas.
- Siempre lave sus manos con agua caliente y jabón:
 - Después de ir al baño o cambiar un pañal.
 - Después de tocar animales
 - Después de tocar carnes crudas o aves
 - Antes de tocar, preparar o comer alimentos

SI ESTÁ ENFERMO CON STEC, EL DEPARTAMENTO DE SALUD PUEDE PEDIRLE QUE SE QUEDE EN CASA Y NO VAYA AL TRABAJO O A LA ESCUELA.

¿QUÉ MAS?

- No prepare comida para otras personas si tiene diarrea.
- Desinfecte baños y superficies/electrodomésticos compartidos. También desinfecte los juguetes. Use 1 cucharada de cloro por 1 galón de agua fría o tibia.
- Durante dos semanas después de que haya desaparecido la diarrea, evite entrar a: piscinas, jacuzzis, áreas de chapoteo, océanos, lagos o ríos.

ESCANEE AQUI 

COMMUNICABLE DISEASE

3160 Center Street NE
Salem, OR 97301

Phone: 503-588-5621

<https://www.co.marion.or.us>

***PARA MÁS INFORMACIÓN
VISITE LA PÁGINA DE CDC**

*ESTA PÁGINA SOLO ESTÁ DISPONIBLE EN
INGLÉS. POR FAVOR LLÁMENOS SI TIENE
ALGUNA PREGUNTA

