



# La trágica y misteriosa enfermedad de Carlos

*Cómo Carlos casi muere luego de comer ostiones crudos contaminados.*

Publicado en marzo de 2003



U.S. Food and Drug Administration  
5100 Paint Branch Parkway  
College Park, MD 20740

Para preguntas acerca de esta publicación, comuníquese con:



**Carlos:** “Estoy con ganas de relajarme estar tarde. He trabajado muy duro toda esta semana”.

**Juan:** “Yo también. Vamos a tomarnos unas cervezas”.

**Carlos:** “Ándale, vamos a mi casa. Pero primero podemos parar en el mercado de mariscos y comprar algunos ostiones crudos para la cena”.

3



**Rosa:** “No entiendo cómo les gustan tanto los ostiones crudos. A mí no me gustan para nada”.

**Carlos:** “¡Ay mujer! Nos hemos criado comiendo ostiones crudos con nuestros padres y amigos. Es parte de nuestra tradición”.



4

*A la mañana siguiente, Carlos comienza a sentir calambres en su estómago y tiene diarrea. Él le comenta a su esposa los síntomas que lo afectan. Ella le da un medicamento para el malestar estomacal de venta sin receta.*



**Carlos:** “Rosa, tengo temperatura y los músculos me están doliendo. ¿Qué me está pasando?”

**Rosa:** “Tienes mucha fiebre. Mejor que vayamos al hospital”.



*Rosa le explica a una enfermera los síntomas de Carlos. Carlos se siente peor y la enfermera llama a un doctor.*

5



**Dr. Sánchez:** “Carlos, he analizado tus resultados de los análisis de sangre y encontré una bacteria en su sangre. ¿Comió ostiones crudos recientemente?”

**Carlos:** “Sí, comí unos ostiones crudos hace dos noches”.



**Dr. Sánchez:**

“Bueno Carlos, déjeme que le explique los peligros de comer ostiones crudos contaminados con *Vibrio vulnificus*. El *Vibrio vulnificus* es una bacteria que vive en el agua del Golfo de México, que es el sitio de donde proceden algunos ostiones. Usted no puede distinguir por la vista o el olfato si un ostión está contaminado. Si usted está sano y come ostiones contaminados, su cuerpo puede luchar contra la bacteria, pero si tiene un sistema inmunológico débil, podría morir”.

“Carlos, ya que está tan enfermo, me gustaría hacerle otros análisis para ver si tiene alguna otra enfermedad que usted desconoce”.

*Algunas horas más tarde...*



7

**Dr. Sánchez:**

“Carlos, nuestros análisis han descubierto que usted tiene enfermedad del hígado. No es raro que su hígado se vea debilitado mucho antes de que sienta cualquier síntoma. Su hígado está debilitando a su sistema inmunológico y dificulta la tarea de su cuerpo en la lucha contra los efectos de las bacterias que tenían los ostiones que se comió. Las personas que tienen problemas de salud no deben comer nunca ostiones crudos. Ahora tendré que darle antibióticos para que pueda luchar contra las bacterias”.

*Al día siguiente, Carlos empieza a mejorar gradualmente...*



**Dr. Sánchez:** “Carlos es muy afortunado. Muchas personas mueren al comer ostiones crudos contaminados con esta bacteria. De ahora en más, si Carlos realmente desea comer ostiones, los tendrá que cocinar. ¡Nunca más ostiones crudos”!

8

*Después de unos días en el hospital, Carlos se siente bastante bien para regresar a su casa con su familia.*



**Carlos:** “Rosa, me siento tan afortunado que salvaron mi vida. Te prometo que no volveré a comer ostiones crudos nunca más, y contaré lo que me sucedió a todos mis amigos. La gente debe saber que si tienen una enfermedad y comen ostiones crudos, están poniendo sus vidas en peligro”.

**Rosa:** “Lo se, yo también voy a contarle a todas mis amigas acerca de esto, para que estén alertas y convencan a los hombres de comer los ostiones cocinados”.





**Carlos:** “Muchachos, ya se que todos nos criamos comiendo ostiones crudos. Pero ustedes deben estar enterados de los riesgos. Yo comí ostiones crudos y casi muero a causa de una bacteria que existe en los ostiones y, para peor, no sabía que tenía enfermedad del hígado. Por eso ahora deseo invitarles a que prueben estos ostiones cocinados que preparó Rosa. Estoy seguro que les sabrán tan deliciosos como los crudos”.

**Rosa:** “Hemos probado algunas recetas nuevas y a Carlos les encantan”.

**Carlos:** “Ven, podemos continuar nuestra tradición y disfrutar de nuestra compañía. ¡Por los ostiones cocinados y una salud mejor!”.

---

Si usted o alguien que conoce sufren alguno de los síntomas siguientes luego de comer ostiones crudos, vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana. No pierda tiempo ya que podría ser fatal. Asegúrese de decirles a las enfermeras y los doctores que usted comió ostiones crudos e infórmeles si padece cualquier otra enfermedad.

**Síntomas:**

- Diarrea
- Fiebre alta
- Erupción de piel
- Náusea/Vómitos

### ¿Sabía usted?

- Las personas que toman bebidas alcohólicas (incluyendo cerveza y vino) en forma habitual pueden tener más riesgos de padecer enfermedad del hígado y, como resultado, correr más riesgos de sufrir una enfermedad grave o incluso la muerte al comer ostiones crudos.
- El consumo de dos a tres bebidas alcohólicas al día puede contribuir al desarrollo de la enfermedad del hígado, la que se puede presentar sin síntomas.
- El alcoholismo y las infecciones de la hepatitis pueden dañar al hígado y deteriorar sus años de funcionamiento antes de que una persona comience a experimentar síntomas. La enfermedad del hígado aumenta el riesgo de contraer la infección del *Vibrio vulnificus* al comer ostiones crudos. El riesgo de muerte es casi 200 veces mayor en las personas que padecen enfermedad del hígado que en aquellas que no padecen la enfermedad.

## DATOS DE LOS OSTIONES

- Los ostiones a veces están contaminados con la bacteria *Vibrio vulnificus*, la cual ocurre naturalmente.
- Los ostiones contaminados con el *Vibrio vulnificus* no pueden detectarse con el olfato ni la vista; parecen iguales a otros ostiones.
- Comer ostiones crudos contaminados con *Vibrio vulnificus* es muy peligroso, especialmente para las personas con enfermedades preexistentes tales como enfermedad del hígado, diabetes, hepatitis, cáncer y VIH.
- Los síntomas de la contaminación con el *Vibrio vulnificus* incluyen: diarrea, fiebre, náusea, vómitos y lesiones de piel.
- El 50% de las personas infectadas con el *Vibrio vulnificus* luego de comer ostiones crudos contaminados, muere.
- Comer ostiones crudos con salsa picante o acompañados de bebidas alcohólicas, no mata a la bacteria.
- Sólo el calor puede destruir a la bacteria. Para prevenir la contaminación y matar a la bacteria, los ostiones se deben cocinar completamente.

# COCINANDO LOS OSTIONES

La presencia de la bacteria *Vibrio vulnificus* no es el resultado de la contaminación. Por lo tanto, aunque los ostiones siempre se deben comprar en sitios con buena reputación, comer ostiones procedentes de aguas “limpias” o en restaurantes con alto volumen de ventas no ofrece ninguna protección. Comer ostiones crudos con salsa picante o acompañados de bebidas alcohólicas, no mata a la bacteria. Sólo el calor puede destruir a la bacteria.

Puesto que la bacteria se destruirá solamente si cocina los ostiones completamente, usted podrá seguir disfrutando los ostiones en muchas preparaciones cocinadas siguiendo estos consejos.

## **En restaurantes:**

- Ordene ostiones completamente cocinados.

## **Cocinado en la casa:**

- Cuando compras ostiones, las conchas deben estar cerradas. Tire los ostiones con conchas ya abiertas.
- Con su concha: Luego que las conchas se abran, hierva los ostiones vivos durante otros 3 a 5 minutos. (Use ollas pequeñas para hervir o cocinar al vapor los ostiones. No cocine muchos ostiones en la misma olla ya que los que están en el medio pueden no cocinarse completamente. Tire los ostiones que no se abran durante la cocción).
- En una olla al vapor: Agregue los ostiones al agua que ya está hirviendo al vapor y cocine los ostiones vivos durante 4 a 9 minutos.

## **Ostiones sin concha:**

- Hierva o cocine a fuego bajo los ostiones sin concha por lo menos 3 minutos o hasta que los bordes se doblen.
- Fría a 375 grados por lo menos 3 minutos.
- Ase a 3 pulgadas de distancia del fuego durante 3 minutos.
- Cocine al horno a 450 grados durante 10 minutos.

## MITOS DE LOS OSTIONES CRUDOS

*Los ostiones crudos contaminados con Vibrio vulnificus pueden presentar peligros para la vida, e incluso ser fatales, si los come una persona con problemas de hígado, diabetes o un sistema inmunológico débil. Sin embargo, hay ciertos mitos que animan a las personas a comer ostiones crudos a pesar de estos peligros. Algunos de estos mitos, y sus verdades, incluyen:*

**MITO:** Comer ostiones crudos es seguro si les agrega mucha salsa picante, la que mata todo.

**VERDAD:** La salsa picante no destruirá las bacterias dañinas, en realidad, los ingredientes activos de la salsa picante tienen el mismo efecto en las bacterias que el agua. Sólo la exposición prolongada al calor a una temperatura suficiente matará a las bacterias.

**MITO:** Evite los ostiones de aguas contaminadas y usted no tendrá problemas.

**VERDAD:** El *Vibrio vulnificus* en los ostiones no tiene nada que ver con la contaminación. Estas bacterias prosperan naturalmente en áreas costeras cálidas (tales como el Golfo de México).

**MITO:** Una persona que come ostiones frecuentemente puede distinguir entre un ostión bueno y uno malo.

**VERDAD:** El *Vibrio vulnificus* no puede verse, olerse ni saborearse. No confíe en sus sentidos para determinar si un ostión es seguro.

**MITO:** El alcohol mata a las bacterias dañinas.

**VERDAD:** El alcohol no destruye las bacterias dañinas y puede perjudicar su buen juicio.

**MITO:** Unos pocos ostiones no le pueden hacer mal.

**VERDAD:** Roberta Hammond, PhD, coordinadora de Alimentos y Enfermedades en Suspensión en el Agua para Florida, cita un caso donde una persona murió a causa del *Vibrio vulnificus* luego de comer solamente tres ostiones. La seriedad de cualquier caso depende de muchos factores, incluyendo cuántas bacterias se ingieren y el estado de salud de la persona.

**MITO:** Evite los ostiones crudos durante los meses que no tengan la letra “R” y no tendrá problemas.

**VERDAD:** Mientras que la presencia de la bacteria *Vibrio vulnificus* es más alta en los meses más cálidos, puede también estar presente durante todo el año.

**MITO:** Los ostiones crudos son un afrodisíaco y curarán una cruda o resaca.

**VERDAD:** No hay evidencia científica que estas dos creencias comunes sean verdad.

Para más información, comuníquese con:

Línea del FDA para la Seguridad en Alimentos (inglés solamente) 1-888- SAFEFood

Sitio Web del FDA: [www.cfsan.fda.gov](http://www.cfsan.fda.gov)