

# Infecciones por SARM: Lo que debe saber

## ¿Qué es el SARM?

SARM significa *Staphylococcus Aureus resistente a la meticilina*. El *Staphylococcus aureus*, conocido también como estafilococo, es un tipo de bacteria que se encuentra en la piel y en la nariz. La mayoría de las veces, no provoca problemas graves. Si tiene una infección por estafilococo, su proveedor de atención médica generalmente lo tratará con un fármaco llamado meticilina. El estafilococo que no puede ser destruido con este fármaco se denomina estafilococo *resistente a la meticilina* y se abrevia SARM.

Este folleto se centra en el SARM asociado con la comunidad (también llamado SARM-AC). Fundamentalmente, es el resultado del uso incorrecto o excesivo de antibióticos, por ejemplo, el uso de antibióticos para tratar los virus que causan el resfrío y la gripe. Los antibióticos no matan los virus. El SARM-AC generalmente provoca llagas o forúnculos dolorosos en la piel de las personas que de otro modo son sanas. Cuando un paciente contrae una infección por SARM en el hospital, esta puede resultar más difícil de tratar y será más probable que provoque problemas graves, como por ejemplo neumonía, infecciones en heridas e infecciones en la sangre.

## ¿Quién está en riesgo?

Cualquier persona puede contraer una infección por SARM, pero serán más propensas las personas:

- Que estuvieron en un hospital recientemente.
- Muy mayores o de muy corta edad.
- Que tienen contacto piel con piel con alguien que tuvo SARM.
- Que tienen alguna enfermedad grave que dificulta que su organismo pueda combatir las infecciones.
- Que viven en lugares muy concurridos, como por ejemplo una residencia de estudiantes o en cuarteles militares.
- Que trabajan en el área de atención a la salud.

## ¿Cómo contraigo una infección por SARM?

Es posible que tenga bacterias SARM en su organismo y no lo sepa. Si este fuera el caso, cualquier corte pequeño en la piel puede infectarse con SARM de su piel o nariz.

Generalmente, la infección comienza como un pequeño bultito rojo elevado sensible al tacto. Si no se lo trata, crecerá, se volverá más doloroso y de un color más oscuro. Es posible que esté tibio y tenga pus. Además, es posible que se sienta con fiebre y cansado, que tenga dolores en el cuerpo y los ganglios inflamados en el cuello.

Comuníquese de inmediato con su proveedor de atención médica si tiene síntomas como estos. Evite rascarse la llaga, si lo hace es posible que la infección se extienda.

# Infecciones por SARM: Lo que debe saber (continuación)

## ¿Cómo sé si tengo SARM?

Para averiguar si tiene SARM, su proveedor de atención médica tomará una muestra de la secreción de la llaga haciendo drenar el pus y le indicará que tome antibióticos. Es posible que le aplique una crema antibiótica y le coloque un vendaje en la llaga.

Siga las indicaciones de su proveedor de atención médica para la limpieza y el cuidado de la llaga. Tome todos los antibióticos exactamente como le indicaron, aun luego de que se sienta mejor. Dependiendo de los resultados de los análisis, el proveedor de atención médica puede cambiar su antibiótico.

## ¿Cómo protejo a los demás de la infección por SARM?

Puede ir al trabajo o a la escuela si la llaga está vendada, si puede tomar sus medicamentos como le indicaron y si realiza una buena higiene. Para evitar que el SARM se expanda a otras partes de su cuerpo o se transmita a otras personas, siga estas reglas:

- No se toque la llaga con las manos sin guantes. Use guantes para cambiar el vendaje y deseche el vendaje usado de inmediato. Colóquelo en una bolsa de basura donde nadie más pueda tocarlo. Deseche sus guantes del mismo modo. Una vez que se haya quitado los guantes, lávese las manos.
- Lávese las manos varias veces al día con agua y jabón. Frótese las manos durante 15 a 30 segundos cada vez (o tanto como le lleve cantar *Feliz cumpleaños*). Use desinfectante a base de alcohol si no dispone de agua y jabón.
- Si nuestro proveedor de atención médica se lo recomendó, dúchese diariamente usando un jabón antibacterial.
- Lave su ropa, sábanas y toallas por separado de las de los otros miembros de su familia. Use agua tibia o caliente, cloro si es posible, y configure la secadora en tibio o caliente.
- Lave la ropa de gimnasia y ejercicio después de cada uso.
- No comparta artículos personales (toallas, maquillaje, navajas).
- Mantenga cualquier otra llaga, corte y raspón limpio y cubierto con vendajes.
- No toque cortes o vendajes de otras personas.
- Evite los deportes de contacto o actividades similares hasta que la infección en su piel se haya curado.