

# GIARDIASIS

## What is giardiasis?

Giardiasis is an intestinal or stomach illness caused by a microscopic organism called *Giardia lamblia*.

## What are the symptoms of giardiasis infection?

People infected with *Giardia* may have mild or severe diarrhea. Symptoms may appear from 1 to 4 weeks after exposure but usually within 10 days. Fever is rarely present. In some instances, infected persons will have no symptoms at all. Sometimes, infected persons will have chronic diarrhea over several weeks or months, with significant weight loss.

## How is Giardia spread?

Person-to-person transmission due to poor hand washing practices is probably the main way that *Giardia* parasites are spread, especially in day care centers and institutions. In addition, feces from an infected person or animal may “dirty” or contaminate water or food.

## How long are people contagious?

Persons may continue to have *Giardia* in their stools (feces) from a few weeks to a few months. Treatment may shorten the time that people are contagious.

## Who gets giardiasis?

Anyone can get giardiasis, but it tends to occur more often in people in institutional settings or people in day care centers. Also, foreign travelers and individuals who consume improperly treated surface water (such as streams) are at higher risk for getting giardiasis.

## What treatment is available for people with giardiasis?

Often your health care provider will give you medicine to treat giardiasis. Some individuals may recover on their own without medication. Persons with diarrhea should drink plenty of fluids.

## Do infected people need to be kept home from school, work or daycare?

Infected persons should not go to day care, or to jobs involving patient care or food handling. Most people may return to work or school when diarrhea stops. At all times, they should maintain hand washing practices.

## How can I protect myself and my family from getting giardiasis?

You can decrease your chance of coming in contact with *Giardia* with these practices:

- Wash hands frequently with water and soap, and especially after using the toilet, changing a diaper or before preparing and/or eating food. (Sanitizing gel may be substituted when hands are not visibly soiled.)
- Promptly clean contaminated surfaces with household chlorine bleach based cleaners.
- Carefully dispose of sewage wastes so as not to contaminate surface or groundwater.
- Avoid food or water from sources that may be contaminated.

## ¿Qué es la giardiasis?

La giardiasis es una enfermedad del estómago o de los intestinos ocasionada por un organismo microscópico o germen que se llama *Giardia lamblia*.

## Cuáles son los síntomas de la giardiasis

Las personas infectadas con *Giardia* pueden tener diarrea de leve a grave. Los síntomas pueden aparecer entre 1-4 semanas después de haber estado expuesto, pero lo normal es que aparezcan en 10 días. Es raro que haya fiebre. En algunos casos, no se presentan síntomas. A veces, la diarrea puede ser crónica y continuar por semanas o meses, y conduce a una pérdida de peso considerable.

## ¿Cómo se transmite la giardiasis?

La forma más fácil de transmisión para los parásitos *Giardia* es de persona a persona al no lavarse las manos de forma adecuada, sobre todo en guarderías y otras instituciones. Además, las heces de una persona o animal infectados pueden “ensuciar” o contaminar el agua o los alimentos.

## ¿Por cuánto tiempo puede alguien con giardiasis contagiar a otros?

El organismo *Giardia* puede estar presente en las heces de la persona infectada por semanas o hasta unos meses. Con tratamiento se puede reducir el tiempo durante el cual una persona es contagiosa.

## ¿Quién puede contraer la giardiasis?

Cualquiera puede contraerla, pero ocurre con más frecuencia en personas que asisten o trabajan en instituciones para el cuidado y guarderías. También, los viajeros internacionales y las personas que beban agua de fuentes contaminadas no tratadas (como arroyos o ríos) tienen un riesgo mayor de contraer la enfermedad.

## ¿Cómo se trata la giardiasis?

A menudo su médico le dará medicinas para tratar la giardiasis. Algunas personas se pueden recuperar por sí solas sin medicación. Si se tiene diarrea, es necesario beber muchos líquidos.

## ¿Es necesario quedarse en casa y no ir a la escuela, a la guardería o al trabajo?

Las personas infectadas no deben ir a la guardería o a la escuela, tampoco al trabajo si está relacionado con el cuidado de pacientes o la manipulación de alimentos. Muchas personas pueden regresar al trabajo o a la escuela cuando ya no tienen diarrea. Sin embargo, deben lavarse las manos con cuidado después de usar el baño, cambiar pañales o antes de preparar comida.

## ¿Cómo puedo protegerme yo y también proteger a mi familia contra la giardiasis?

Para reducir las posibilidades de entrar en contacto con el parásito *Giardia*, haga lo siguiente:

- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón, sobre todo después de usar el baño, cambiar pañales y antes de preparar o comer alimentos. (En lugar de lavárselas puede usar un gel desinfectante para manos cuando no se vean sucias).
- Limpie de inmediato las superficies contaminadas en su casa con un producto limpiador para la casa que contenga cloro.
- Elimine desechos residuales o aguas negras con cuidado de no contaminar otras fuentes de agua (como agua de ríos, pozos, etc.).
- Evite agua o comida que puedan provenir de fuentes contaminadas.

# GIARDIASIS