



HEALTH ADVISORY

Tuesday, November 20, 2018

The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) Advises Individuals Not to Consume Romaine Lettuce due to *E. Coli* Infections

EL CENTRO – The Imperial County Public Health Department is providing information regarding the multistate outbreak of *E. Coli* 0157:H7 infections linked to romaine lettuce. According to the Centers for Disease Control and Prevention (CDC), a total of thirty-two individuals from eleven states have become ill. The illnesses started on dates ranging from Oct. 8, 2018 to Oct. 31, 2018. The CDC is advising consumers not to eat any romaine lettuce because no common grower, supplier, distributor, or brand of romaine lettuce has been identified. No cases have been reported in Imperial County.

In Imperial County, Environmental Health staff are in the process of contacting all retail food facilities that sell and/or process romaine lettuce including retail markets, restaurants, convenience stores, and mobile produce units to inform them of the advisory. It is important to note that the current outbreak is not related to a recent multistate outbreak of *E.coli* infections linked to romaine lettuce.

Consumers who have any type of romaine lettuce in their home should not eat it and should throw it away, even if some of it was eaten and no one has gotten sick.

- This advice includes all types or uses of romaine lettuce, such as whole heads of romaine, hearts of romaine, and bags and boxes of precut lettuce and salad mixes that contain romaine, including baby romaine, spring mix, and Caesar salad.
- If you do not know if the lettuce is romaine or whether a salad mix contains romaine, do not eat it and throw it away.
- Wash and sanitize drawers or shelves in refrigerators where romaine was stored.

People usually get sick from Shiga toxin-producing *E.Coli* 2-8 days after swallowing the germ. Most people infected with *E.coli* develop diarrhea that can be bloody, severe stomach cramps, and vomiting. Most people recover within one week. Some illnesses last longer and can be more severe, resulting in a type of kidney failure called hemolytic uremic syndrome (HUS). HUS

-- more --

can occur in people of any age, but is most common in young children under 5 years, older adults, and people with weakened immune systems. Symptoms of HUS can include fever, abdominal pain, pale skin tone, fatigue and irritability, small, unexplained bruises or bleeding from the nose and mouth, and decreased urination.

Take steps to prevent *E. coli*:

- Wash your hands. Wash hands after using the restroom or changing diapers, before and after preparing or eating food, and after contact with animals.
- Don't prepare food or drink for others when you are sick.
- Cook meats properly. Cook steaks and roasts to at least 145°F and let rest for 3 minutes after you remove meat from the grill or stove. Cook ground beef and pork to at least 160°F. Use a food thermometer to check the temperature of the meat.
- Don't cross-contaminate. Thoroughly wash hands, counters, cutting boards, and utensils after they touch raw meat.
- Wash fruits and vegetables in running water before eating, unless the package says the contents have been washed.
- Avoid unpasteurized dairy products and juices.

This investigation is ongoing, and CDC will provide more information as it becomes available. For additional information regarding the outbreak, visit the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) at <https://www.cdc.gov/ecoli/2018/o157h7-11-18/index.html> If you have specific questions regarding E. Coli, please contact the Public Health Department Epidemiology Program at 442-265-1394.

Find us on Facebook, follow us on Twitter





AVISO DE SALUD

martes 20 de noviembre del 2018

Los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) Emite Aviso de No Consumir Lechuga Romana por Brote de Infecciones de E. Coli

EL CENTRO – El Departamento de Salud Pública del Condado Imperial está compartiendo información con el público sobre el brote de infecciones con *E. coli* 0157:H7 vinculadas con lechuga romana. Según los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) un total de treinta y dos personas de once estados se han enfermado. Las enfermedades iniciaron desde el 8 de octubre de 2018 has el 31 de octubre del 2018. La CDC les aconseja a los consumidores que eviten consumir lechuga romana porque se no se ha identificado un cultivador, distribuidor, o marca de lechuga romana común. No se han reportado casos en el Condado Imperial.

En el Condado Imperial County, personal de Salud Ambiental se encuentra en el proceso de comunicarse con todos los lugares que venden o procesan lechuga romana incluyendo mercados, restaurantes, tiendas y unidades móviles de verduras para informarles del aviso. Es importante compartir que el brote actual no está relacionado con el brote reciente de infecciones con *E.coli* vinculado con la lechuga romana.

Los consumidores que tienen cualquier clase de lechuga romana en su casa no deben consumirla y deben tirarla, aun si ya se han comido una porción y no se enfermaron.

- Este aviso incluye todo tipo o usos de lechuga romana, como las cabezas enteras de lechuga romana, y bolsas y cajas de lechuga previamente cortada y ensalada que contiene romana, incluyendo *baby romaine*, y ensalada mixta y Caesar.
- Si usted no sabe si la lechuga es romana o si la ensalada contiene lechuga romana, no la consuma y tirela.
- Lave y desinfecte todos los cajones o áreas en los refrigeradores donde la lechuga romana se guardó.

Por lo general, las personas se enferman a causa de la *E.coli*, productora de las toxina de Shiga, 2 a 8 días después de tragar el microbio. La mayoría de las personas infectadas con *E. coli*

-- más --

presentan diarrea (a menudo con sangre), cólicos estomacales fuertes y vómitos. La mayoría de ellas se recuperan en una semana. Algunos casos de enfermedad duran más tiempo y pueden ser más graves, y llevan a un tipo de insuficiencia renal llamada síndrome urémico hemolítico (HUS por sus siglas en inglés). El HUS puede presentarse en personas de cualquier edad, pero es más común en los niños menores de 5 años, los adultos mayores y las personas con el Sistema inmunitario debilitado. Los síntomas de HUS pueden incluir fiebre, dolor abdominal, piel pálida, fatiga e irritabilidad, moretones pequeños que no tienen explicación o sangrado de la nariz y de la boca, y menor cantidad de orina.

Tome estas medidas para prevenir una infección por *E. coli*:

- Lávese las manos. Lávese las manos después de ir al baño o de cambiar pañales, antes y después de preparar o comer alimentos, y después de tener contacto con animales.
- No prepare alimentos o bebidas para otras personas cuando esté enfermo.
- Cocine las carnes completamente para eliminar los microbios dañinos. Cocine los bistecs y los asados a por lo menos 145 °F y deje que reposen durante 3 minutos después de retirar la carne de la parrilla o de la estufa. Cocine la carne molida y la carne de cerdo a por lo menos 160 °F. Use un termómetro de alimentos para medir la temperatura de la carne.
- Evite la contaminación cruzada en las áreas de preparación de alimentos. Lávese bien las manos y limpie los mesones, las tablas de cortar y los utensilios después de que hayan estado en contacto con carnes crudas.
- Lave las frutas y verduras antes de comerlas, a menos que el paquete diga que ya fueron lavadas.
- Evite la leche cruda, otros productos lácteos sin pasteurizar y los jugos sin pasteurizar.

Esta investigación continua y la CDC ofrecerá mayores informes según esté disponible. Para mayores informes sobre el brote, visite los Centros de Prevención y Control de Enfermedades (CDC) en <https://www.cdc.gov/ecoli/2018/o157h7-11-18/index.html>. Si tiene una pregunta específica sobre *E. coli*, favor de comunicarse al Programa de Epidemiología del Departamento de Salud Pública del Condado Imperial al 442-265-1464.

Encuétranos en Facebook, síganos en Twitter

