FoodSafety.gov

Staphylococcus aureus
Intoxicación alimentaria por estafilococo

Fuentes	Las personas que portan la bacteria *Staphylococcus aureus* —la cual se encuentra comúnmente en la piel— pueden contaminar los alimentos si no se lavan las manos antes de tocarlos. Los alimentos que no se cocinan después de su manipulación, como las carnes cortadas en lonchas, los postres, los pastelillos y los sándwiches, son especialmente riesgosos si se contaminan con estafilococo.
Período de incubación	30 minutos a 8 horas
Síntomas	Comienzo repentino de náuseas, vómitos y calambres abdominales. La mayoría de las personas también tiene diarrea.
Duración de la enfermedad	1 día
Qué hacer	Beba abundante líquido. Si no puede beber suficiente líquido para prevenir la deshidratación, llame a su médico. Su médico puede recetarle medicamentos para disminuir las náuseas y los vómitos.
Prevención	• Use un termómetro para alimentos y cocine los alimentos a su temperatura interior mínima segura. • Mantenga calientes los alimentos calientes (140 °F (60 °C) o más) y fríos los alimentos fríos (60 °F (4 °C) o menos). • Almacene los alimentos cocidos en recipientes poco profundos y refrigérelos dentro de un período de 2 horas (o 1 hora si hace más de 90 °F (32 °C) afuera). • Lávese las manos durante 20 segundos con agua y jabón antes, durante y después de preparar alimentos y antes de comer. • No prepare alimentos si tiene diarrea o vómitos. • Use guantes mientras prepara alimentos si tiene heridas o infecciones en sus manos o muñecas.

Fecha de la última modificación 14 de agosto de 2025