

## Giardiasis

La giardiasis es una infección intestinal causada por el parásito *Giardia* que puede ocasionar diarrea prolongada.

La giardiasis, una enfermedad infecciosa del tracto gastrointestinal, se produce después de ingerir los quistes del parásito *Giardia* (costras duras que contienen el parásito). El parásito *Giardia* se excreta en las heces, desde las que puede infectar a otras personas o a los animales. Puede sobrevivir fuera del tracto gastrointestinal durante semanas o meses. La giardiasis existe en todo el mundo y es uno de los parásitos intestinales más frecuentes en Norteamérica.

### Síntomas

Los síntomas más frecuentes de la giardiasis son diarrea, heces grasas, cólicos estomacales, náuseas y deshidratación. Algunas personas infectadas con el parásito *Giardia* no presentan ningún síntoma.

Cuando se producen síntomas, suelen comenzar entre 1 y 3 semanas después de la infección y pueden durar entre 2 y 6 semanas o más, especialmente en personas con sistemas inmunitarios comprometidos. En las personas que tienen diarrea crónica a causa de la giardiasis, también puede producirse pérdida de peso y deposiciones voluminosas. Algunas personas con giardiasis desarrollan intolerancia a la lactosa que puede persistir incluso después de que la infección haya desaparecido.

### Diagnóstico y tratamiento

La giardiasis se diagnostica identificando el parásito *Giardia* en las heces. Existen diversas pruebas de muestras de heces para identificar el parásito *Giardia*. El diagnóstico es importante porque hay varios tratamientos eficaces disponibles.

La mayoría de las personas con sistemas inmunitarios normales se recuperan de la infección con mucho descanso e hidratación. Sin embargo, hay varios medicamentos de venta con receta disponibles, incluidos metronidazol, tinidazol y nitazoxanida, entre otros. La elección del medicamento puede depender de los antecedentes médicos y del estado del sistema inmunitario de la persona. Si el tratamiento no funciona, un especialista podría recetar otros medicamentos e indicar pruebas adicionales. Las mujeres embarazadas pueden recibir tratamiento bajo la supervisión de un médico. Las mujeres embarazadas y los bebés están especialmente en riesgo de deshidratación, por lo que se debe tener especial cuidado para garantizar una hidratación adecuada.

### ¿Quién está en riesgo de contraer giardiasis?

La infección se produce después de tragar el parásito. La giardiasis se propaga al beber o tragar agua de pozos, lagos y otros cuerpos de agua que no se han tratado adecuadamente, al tener contacto cercano con alguien que tiene giardiasis, mediante la exposición a heces contaminadas a través del contacto sexual, al comer alimentos crudos que se han contaminado o al ingerir el parásito *Giardia* después del contacto con superficies contaminadas, como juguetes o baños.

Los niños en guarderías, los mochileros y los senderistas que beben agua sin tratar o que no practican una buena higiene, los

La giardiasis es una enfermedad infecciosa causada por un parásito llamado *Giardia*, que está presente en todo el mundo en zonas de agua contaminada.

Los síntomas más frecuentes de la giardiasis son diarrea, cólicos estomacales, náuseas, heces grasas y deshidratación. Algunas personas infectadas con el parásito *Giardia* no presentan ningún síntoma.

### Prevención de la giardiasis

Lavarse las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos o utilizar desinfectantes a base de alcohol.



Hervir el agua no tratada durante al menos 1 minuto o beber agua embotellada o filtrada.



Evitar beber o tragar agua no tratada de piscinas, ríos y lagos.



Lavar las frutas y verduras con agua no contaminada y lavarlas antes de comerlas o prepararlas.



viajeros internacionales y los contactos estrechos de las personas que tienen giardiasis corren riesgo de infección.

### Prevención de la infección

Se debe mantener una buena higiene de manos lavándose bien las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no se dispone de agua y jabón, se pueden utilizar desinfectantes a base de alcohol, pero no son tan eficaces. Se debe evitar beber o tragar agua no tratada que pueda estar contaminada. Se recomienda beber agua embotellada, desinfectar el agua hirviéndola durante al menos 1 minuto o utilizar un filtro certificado efectivo contra el parásito *Giardia* cuando exista incertidumbre con respecto a la seguridad del agua. Se deben lavar las frutas y verduras con agua no contaminada antes de comerlas. Se debe evitar comer alimentos crudos que puedan estar contaminados.

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Centers for Disease Control and Prevention  
(Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades)  
[www.cdc.gov/parasites/giardia/general-info.html](http://www.cdc.gov/parasites/giardia/general-info.html)

Para encontrar esta y otras hojas para el paciente de JAMA, visite la colección de información para pacientes en [jamanetworkpatientpages.com](http://jamanetworkpatientpages.com).

Autor: Angel N. Desai, MD, MPH

Afiliaciones del autor: Editor asociado, JAMA Network Open.

Divulgaciones relacionadas con conflictos de interés: no se informan.

Fuentes: DuPont HL. Persistent diarrhea: a clinical review. *JAMA*. 2016;315(24):2712-2723. doi:10.1001/jama.2016.7833  
Centers for Disease Control and Prevention. Parasites—*Giardia*. <https://www.cdc.gov/parasites/giardia/general-info.html>

La hoja para el paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpressiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a [reprints@jamanetwork.com](mailto:reprints@jamanetwork.com).