



Datos sobre la *Giardia* y las piscinas

¿Qué es la *Giardia* y cómo me puede afectar?

La *Giardia* es un microbio que causa diarrea. Este microbio se encuentra en las heces de las personas infectadas. Tiene una cubierta muy dura que le permite sobrevivir hasta por 45 minutos, aun en piscinas cloradas adecuadamente.

La *Giardia* es una causa común de enfermedades transmitidas por el agua en lugares de recreación acuática (afecciones producidas por microbios en el agua) en los Estados Unidos, y puede causar diarrea prolongada (de 1 a 2 semanas).

¿Cómo se transmite la *Giardia* en las piscinas?

La *Giardia* **se transmite al tragar agua** contaminada con heces que contienen este microbio.

Usted comparte el agua, y los microbios que contiene, **con todas las personas** que se meten a la piscina. Esto quiere decir que una persona con diarrea puede fácilmente contaminar el agua. Usted se puede enfermar con tan solo tragar una pequeña cantidad de agua de una piscina que esté contaminada con *Giardia*.

La *Giardia* también se puede transmitir al tragar el agua contaminada de parques acuáticos, fuentes interactivas, áreas recreativas acuáticas, bañeras de hidromasaje, lagos, ríos, manantiales, estanques, riachuelos y océanos.

¿Cómo puedo protegerme, proteger a mi familia y a otros nadadores?

¡Protéjase! Es esencial, evitar que el microbio contamine el agua en primer lugar, ya que la *Giardia* puede permanecer viva por hasta una hora, aun en las piscinas bien mantenidas. También es importante asegurarse de que su piscina tenga los niveles de pH y desinfectantes adecuados para eliminar la *Giardia*.

Tres pasos que deben seguir todos los nadadores

- > No nade si tiene diarrea. Usted puede transmitir los microbios en el agua y hacer que otras personas se enfermen.
- > No trague el agua de la piscina. Evite que le entre agua en la boca.
- > Practique buenos hábitos de higiene. Báñese con agua y jabón antes de nadar y lávese las manos después de usar el baño y de cambiar pañales. Los microbios en su cuerpo pueden pasar al agua.

Tres pasos que deben seguir los padres de niños pequeños

- > Lleve a los niños al baño o revise sus pañales con frecuencia. No espere a que le digan que tienen que ir, porque puede ser muy tarde.
- > Cambie los pañales en el baño o en un área designada para ello, y no al lado de la piscina. Los microbios se pueden propagar tanto en la piscina como a su alrededor.
- > Bañe bien a los niños (especialmente el trasero), con agua y jabón antes de que vayan a nadar. Aunque la materia fecal no se vea puede contaminar la piscina.

Tres pasos a seguir para analizar el agua de la piscina

- > Compre tiras reactivas para analizar el agua de piscinas en su tienda local de mejoras para el hogar o en tiendas que venden artículos para piscinas (asegúrese de revisar la fecha de expiración).
- > Use las tiras reactivas para revisar que el agua de la piscina tenga el nivel de cloro adecuado (1–3 partes por millón) y los niveles apropiados de pH (7.2–7.8).
- > Si usted encuentra niveles inadecuados de cloro o de pH, informe inmediatamente a la persona que maneja la piscina.

CS213567-B

Para obtener más información sobre la prevención de enfermedades y lesiones en piscinas, visite www.cdc.gov/healthywater/swimming/audience-espanol.html

Para obtener más instrucciones sobre cómo usar las tiras reactivas para analizar el agua de piscinas y bañeras de hidromasaje, visite www.cdc.gov/healthywater/swimming/pools/pool-spa-test-strip-instructions.html



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention