

## TOXOPLASMOSIS

Es una de las infecciones más comunes y a menudo pasa inadvertida, pero durante el embarazo, puede poner en peligro la salud de tu bebé.



Esta causada por el paracito ***Toxoplasma gondii***, que se reproduce en el intestino del gato, y a través de sus heces pasa a la naturaleza.

Se adquiere por el manejo y consumo de carnes crudas o poco hechas, algunos embutidos y verduras contaminadas.

### PREVENCION

La mejor forma de proteger a los bebés en gestación contra la toxoplasmosis es proteger a las madres.

### GATOS

Las embarazadas deben evitar el contacto con los gatos y con los materiales que puedan estar contaminados con sus heces. Si no es posible deben de utilizar guantes.

### CARNE

- No ingerir carne cruda o poco cocinada. Cocinar bien las carnes hasta que no se vea roja por dentro o hasta que los jugos salgan claros.
- Utilizar guantes cuando se manipule carne cruda o lavarse las manos después de hacerlo.
- Evitar durante la manipulación de la carne cruda el contacto de las manos con la mucosa de la boca o los ojos.
- Evitar los embutidos (chorizo, salchichón..) y carne cruda (jamón serrano..) o poco hecha. Al menos congelarla a -20 grados durante 2 días.
- Mantener perfectamente limpios los utensilios que se utilicen para preparar la carne.

### VEGETALES

- Usar guantes siempre que se tenga contacto con tierra, en el campo, huerto, jardín, etc.
- Lavar y pelar muy bien las verduras y frutas que se comen crudas.
- Lavarse las manos con agua y jabón después de tener contacto con tierra, arena, carne cruda o verduras sin lavar. Evitar durante la manipulación de frutas y verduras el contacto de las manos con la mucosa de la boca.



## SÍNTOMAS

La mayoría de las personas que se infectan no tiene síntomas. Algunas personas con toxoplasmosis pueden tener síntomas similares a los de la influenza, acompañados de ganglio inflamados o dolores musculares que duran por un mes o más.

La toxoplasmosis grave que causa daños al cerebro, los ojos u otros órganos puede producirse por una infección aguda o una que ocurrió anteriormente y se ha reactivado. Los casos graves ocurren con la frecuencia en personas con sistemas inmunitarios débiles, aunque ocasionalmente, hasta personas con sistemas inmunitarios saludables pueden sufrir daños en los ojos debido a la toxoplasmosis.

La mayoría de los bebés infectados durante la gestación no presentan síntomas al nacer, pero pueden manifestar síntomas posteriormente, como ceguera o retraso mental. Un pequeño porcentaje de recién nacidos infectados presentan daños graves en los ojos o daño cerebral al nacer.

## TRATAMIENTO

Una vez confirmado el diagnóstico de toxoplasmosis, existen medicamentos para el tratamiento de la toxoplasmosis en mujeres embarazadas o personas con sistemas inmunitarios debilitados.