

Hoja informativa sobre enfermedades contagiosas

La listeriosis es una enfermedad causada normalmente por la ingestión de alimentos contaminados por la bacteria *Listeria monocytogenes*. La listeriosis es una enfermedad grave en mujeres embarazadas y en personas cuyo sistema inmunitario está debilitado. La infección se trata con antibióticos.

La Listeriosis

¿Qué es la listeriosis?

La listeriosis es una enfermedad poco común causada por la ingestión de alimentos contaminados por la bacteria *Listeria monocytogenes*. Las bacterias del género *Listeria* se encuentran frecuentemente en la tierra y en algunos alimentos crudos. En la mayoría de las personas la ingesta de alimentos que contienen la bacteria *Listeria* no causa la enfermedad. En general se producen 20 a 30 casos de listeriosis por año en Nueva Gales del Sur. Pese a que la listeriosis es rara, tiene una tasa de mortalidad bastante alta.

¿Cuáles son los síntomas?

El período de incubación (entre la infección y la aparición de los síntomas) puede oscilar entre 3 y 70 días, pero la media es de unas 3 semanas. Las infecciones pueden provocar septicemia, meningitis (inflamación del cerebro) y aborto espontáneo en la mujer embarazada. Los síntomas incluyen: fiebre, dolores musculares y en algunos casos síntomas gastrointestinales, como náuseas y diarrea. En su forma más grave, los síntomas también incluyen colapso y shock. Si la infección se propaga al sistema nervioso central puede producirse dolor de cabeza, tortícolis, confusión, pérdida del equilibrio, convulsiones y coma. Aproximadamente un tercio de estos pacientes puede morir. La infección durante el embarazo puede llevar al aborto espontáneo, a un bebé nacido muerto y a la infección del recién nacido.

¿Cómo se propaga?

La bacteria *Listeria monocytogenes* abunda en la naturaleza, siendo portadoras muchas especies de animales domésticos y silvestres. Contamina la carne cruda, la leche no pasteurizada y las frutas y hortalizas crudas. Los brotes de listeriosis han estado asociados con leche cruda o contaminada, quesos blandos, ensaladas preparadas con antelación (como en bufets de ensaladas), hortalizas crudas sin lavar y carne lista para el consumo como por ejemplo paté. Las personas en grupos de riesgo pueden contraer listeriosis al ingerir alimentos contaminados con *Listeria*. Los bebés pueden nacer con listeriosis si la madre comió alimentos contaminados durante el embarazo.

Grupos de riesgo

Las mujeres embarazadas, los recién nacidos, los ancianos y las personas cuyo sistema inmunitario está debilitado (por ejemplo las personas que están recibiendo tratamiento contra el cáncer o esteroides y las personas con SIDA).

¿Cómo se previene?

Para prevenir la listeriosis:

- cocine bien los alimentos crudos de origen animal como carne de vacuno, cordero, cerdo o pollo
- lave bien las hortalizas y frutas crudas antes de comerlas
- mantenga la carne cruda separada de las verduras, alimentos cocidos y de las comidas listas para el consumo (es decir, no permita que la sangre de la carne cruda entre en contacto con otros alimentos)
- use tablas diferentes para cortar carne cruda y los alimentos listos para el consumo (como alimentos ya cocinados y ensaladas)
- evite la leche no pasteurizada y los alimentos elaborados con leche no pasteurizada (como quesos blandos)
- lávese las manos antes y después de preparar la comida
- lave los cuchillos y tablas de cortar después de manipular alimentos crudos
- lávese las manos después de manipular animales
- guarde los alimentos perecederos en una refrigeradora (a menos de 5 grados Celsius) y lávelos y consúmalos lo más rápidamente posible.

Las personas que tienen riesgo de contraer listeriosis no deben comer los siguientes alimentos:

- ensaladas pre-ensadas
- fruta pre-cortada
- pollo precocido
- carnes
- fiambres
- paté
- pescados y mariscos crudos
- pescado ahumado

- leche o productos lácteos sin pasteurizar
- quesos blandos tales como brie, camembert, ricota o quesos azules
- brotes de semillas y hongos crudos.

¿Cómo se diagnostica?

El diagnóstico de listeriosis se confirma por análisis de sangre u otras pruebas.

¿Cómo se trata?

El tratamiento se hace con antibióticos y terapia de apoyo. Cuando la infección se produce durante el embarazo, los antibióticos a menudo evitan la infección del feto o recién nacido. Aun con tratamiento inmediato, algunas infecciones llevan a la muerte del paciente, especialmente si se trata de un anciano o de una persona con otros problemas médicos serios.

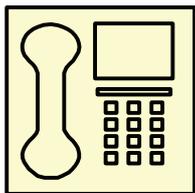
¿Cuál es la respuesta de salud pública?

- Los laboratorios tienen la obligación de notificar los casos de listeriosis a la Unidad de Salud Pública de la zona.
- Es posible que el personal de la Unidad de Salud Pública entreviste al médico o paciente (o a su familia) para averiguar cómo se produjo la infección.
- La NSW Food Authority (Autoridad Alimentaria de Nueva Gales del Sur) en colaboración con NSW Health (Ministerio de Salud de Nueva Gales del Sur), es responsable de la investigación ambiental de la listeriosis.
- Si usted tiene riesgo de contraer listeriosis y tiene preguntas diríjase a su profesional sanitario o a la Unidad de Salud Pública de su zona.

Actualizaciones y otros vínculos:

- El embarazo
<http://www.health.nsw.gov.au/Kids/Pages/having-a-baby.aspx>
- El embarazo y la inocuidad de los alimentos
<http://www.foodauthority.nsw.gov.au/consumer/pregnancy.asp>
- Consejos de la FSANZ sobre listeria
http://www.foodstandards.gov.au/consumerinformation/listeria/listeria_brochuretext.cfm
- Formulario de investigación perinatal de la Unidad de Salud Pública
/resources/publichealth/infectious/diseases/listeriosis_perinatal_questionnaire_pdf.asp
- Formulario de investigación no perinatal de la Unidad de Salud Pública
/resources/publichealth/infectious/diseases/listeriosis_non-perinatal_questionnaire_pdf.asp

Para obtener mayor información - Unidades de Salud Pública de Nueva Gales del Sur



1300 066 055

www.health.nsw.gov.au