

LISTERIOSIS

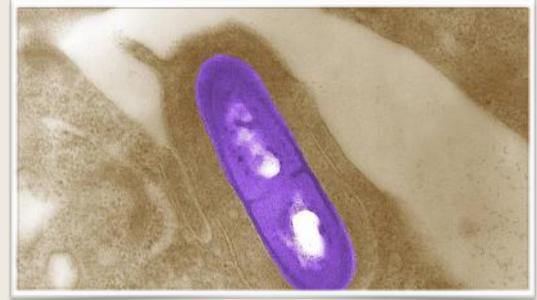


FEAD
FUNDACIÓN ESPAÑOLA
DEL APARATO DIGESTIVO

LISTERIOSIS

¿Qué es la listeriosis?

La listeriosis es una infección causada por la bacteria *Listeria monocytogenes*.



¿Cómo se transmite?

La infección por *Listeria* se produce generalmente por contacto con alimentos contaminados por la bacteria. Sin embargo, esto no implica que la infección sea sintomática ya que los síntomas no suelen producirse salvo en el caso de pacientes inmunodeprimidos, de edad avanzada, mujeres embarazadas y recién nacidos.

¿Cuál es el periodo de incubación?

El periodo de incubación se establece entre 1 y 4 semanas aunque se han comunicado casos tan incipientes como en el momento de la transmisión y tan tardíos como 10 semanas tras este.

¿Qué síntomas produce?

Al igual que otras infecciones alimentarias la listeria puede producir diarrea y fiebre pero estos síntomas son completamente inespecíficos y raramente se identifica el germen que produce la infección.

El problema real de la infección por listeria se produce en los grupos de riesgo: pacientes inmunodeprimidos, de edad avanzada, mujeres embarazadas y recién nacidos. En estos pacientes inmunodeprimidos o de edad avanzada es más frecuente que la infección se propague a otros órganos produciendo una listeriosis invasiva. En algunos casos la listeria afecta al sistema nervioso central produciendo casos de meningitis o encefalitis que pueden ser mortales.

En las pacientes embarazadas, la enfermedad no suele ser muy sintomática pero puede provocar aborto espontáneo en uno de cada 5 casos. Además la infección puede atravesar la placenta ocasionando muerte fetal o produciendo secuelas al feto. En otros casos se puede producir un parto prematuro existiendo un riesgo de transmisión al feto durante el parto.

¿Cómo se diagnostica?

El diagnóstico de la listeria se realiza mediante cultivo sanguíneo en pacientes infectados. También es posible cultivar la bacteria de otros órganos infectados.

¿Cómo se trata?

Para el tratamiento de la listeriosis se requiere de la administración de antibióticos orales o intravenosis según la gravedad de la infección.

¿Cómo se puede prevenir?

La listeria puede encontrarse en productos lácteos no sometidos al proceso de pasteurización (leche fresca, quesos frescos, etc), carnes poco cocinadas (salchichas frescas etc) pero también en frutas o verduras no lavadas correctamente. La listeria no soporta temperaturas superiores a 60°, por lo que tanto la pasteurización como una buena cocción pueden acabar con ella. Sin embargo, dado que el contacto con superficies infectadas también puede transmitirla, una higiene adecuada es fundamental.

Por lo tanto, para evitar una infección los pasos fundamentales serian:

- Mantener una higiene adecuada en las instalaciones destinadas a la manipulación de alimentos tanto en casa como en los establecimientos dedicados a la preparación de estos. En este caso resulta especialmente importante limpiar adecuadamente las superficies en contacto con lácteos no pasteurizados, carnes previas a su cocción, frutas o verduras no lavadas etc. De cara a evitar una contaminación de esas superficies y transmisión de la infección a otros alimentos.
- Evitar lácteos no pasteurizados si se pertenece a algún grupo de riesgo.
- Asegurar una cocción adecuada de carnes y embutidos frescos observando que salga vapor de los mismos durante su cocción. Otra opción sería la utilización de un termómetro de cocina, aunque se nos antoja más engorrosa.
- Guardar la comida sobrante en el refrigerador en las primeras 2 horas tras su preparación y consumir en los primeros 3 o 4 días.
- Confirmar que el congelador mantiene una temperatura inferior a -4°.

Dr. Andrés Sánchez Yagüe
Servicio de Aparato digestivo
del Hospital Vithas Xanit
Internacional. Marbella (Málaga)



FEAD
FUNDACIÓN ESPAÑOLA
DEL APARATO DIGESTIVO

www.saludigestivo.es