

# TOXOPLASMOSIS

## INFORMACION IMPORTANTE PARA LA MUJER

### ¿QUÉ ES LA TOXOPLASMOSIS?

La toxoplasmosis es una infección causada por un parásito microscópico llamado *Toxoplasma gondii*. Más de 60 millones de personas en los Estados Unidos probablemente portan el parásito *Toxoplasma*, pero muy pocas tienen síntomas, porque el sistema inmunológico normalmente impide que el parásito que causa la enfermedad. Sin embargo, las mujeres embarazadas deben tener cuidado, porque una infección puede causar problemas en el embarazo.

### ¿CÓMO PUEDE AFECTAR A MI HIJO POR NACER?

Si está embarazada y se infecta con el parásito por primera vez durante o justo antes de su embarazo, usted puede transmitir la infección a su bebé por nacer, incluso si no tienen ningún síntoma. La mayoría de los niños que se infectan en el útero no presentan síntomas al nacer, pero más tarde en la vida pueden desarrollar síntomas graves, como ceguera o retraso mental. Un pequeño porcentaje de recién nacidos infectados manifiesta enfermedad ocular graves o daños cerebrales al nacer.

### ¿CÓMO SE TRANSMITE EL TOXOPLASMA?

Los gatos juegan un papel importante en la propagación de la toxoplasmosis. Se infectan al comer roedores infectados, aves u otros animales pequeños.

El parásito pasa a las heces del gato. Los gatitos y gatos jóvenes pueden arrojar millones de parásitos en sus heces durante el tiempo tres semanas después de infestados.

Los gatos mayores son menos propensos a arrojar *Toxoplasma* en las heces. Los gatos prefieren las cajas de arena, suelos de jardines, y las cajas de arena para defecar y usted puede estar

expuesto involuntariamente al tocarse la boca después de cambiar una caja de arena o en trabajos de jardinería sin guantes. Frutas y vegetales pueden ser contaminados con tierra o agua y usted puede infectarse consumiéndolos si no están bien lavados. Animales como cerdos, vacas, ovejas y algunos animales de caza pueden infectarse con Toxoplasma al comer alimentos contaminados con heces de gato. Las personas pueden infectarse al comer la carne cocida incluso al manipular la carne cruda que contiene quistes y no lavarse las manos después.

### ¿CÓMO SÉ SI ESTOY INFESTADA?

El médico puede sugerir un análisis de sangre prueba para detectar anticuerpos si está embarazada o tiene un sistema inmune débil.

### ¿CUANDO DEBO PREOCUPARME?

Generalmente, si una mujer ha sido infectada antes de quedar embarazada, el bebé estará protegido porque la madre es inmune. Algunos expertos sugieren esperar hasta 6 meses después de una infección reciente para quedar embarazada. Consulte a su médico gineco-obstetra si tiene preguntas acerca de Toxoplasma y el embarazo.

### ¿EXISTE TRATAMIENTO DISPONIBLE?

Las mujeres que se infestan durante el embarazo se pueden tratar con medicamentos. La madre y el bebé deben ser monitoreados muy de cerca durante el embarazo y después del nacimiento. La mejor manera de proteger su bebe en el vientre es mediante la protección a sí mismo contra la toxoplasmosis

### ¿TENGO QUE RENUNCIAR A MI GATO SI ESTOY EMBARAZADA O PLANEANDO QUEDAR EMBARAZADA?

**No**, usted no tiene que renunciar a su gato si está embarazada o planea quedar embarazada.

Siga estos consejos para ayudarle a reducir el riesgo de infestación:

- Pida a alguien que cambie la caja de arena. Si usted tiene que cambiarla, utilice guantes desechables y lávese bien las manos con agua y jabón después.
- Cambie la caja de arena todos los días porque el parásito no se convierte en infeccioso hasta 1 días después de que se elimina en las heces.

- Alimente a su gato con alimento balanceado seco.
- Nunca alimente a los gatos de carne cruda.
- Mantenga a los gatos dentro de las viviendas, evitando que maten animales silvestres y se infesten.
- Evite los gatos callejeros, especialmente los gatitos.
- Elimine las cajas de arena fuera de la casa, como en jardines y patios donde puedan defecar gatos callejeros.
- No traiga a casa ningún gato nuevo durante el embarazo
- Lave las manos con agua y jabón después de manipular tierra, arena, carne cruda o vegetales.
- Cocine la carne por completo.
- No pruebe la carne hasta que esté cocida.
- Congele la carne durante varios días antes de cocinarla( esto reduce en gran medida las posibilidades de infección)
- Lave tablas de cortar y cuchillos con agua caliente y jabón después del uso.
- Lavar frutas y verduras antes de comerlas.
- Use guantes cuando manipule la arena de una caja de arena. Lávese bien las manos después.
- Evite beber agua no embotellada o sin hervir.

FUENTE: [http://www.cdc.gov/parasites/toxoplasmosis/resources/ToxoWomen\\_2.2003.pdf](http://www.cdc.gov/parasites/toxoplasmosis/resources/ToxoWomen_2.2003.pdf)