



# LISTERIOSIS

## PREVENCIÓN

Principalmente la Listeria esta se asocia a productos lácteos, frutas y verduras entre otros.

La CDC hace las siguientes recomendaciones para prevenir la infección por Listeria

### RECOMENDACIONES GENERALES:

- En los productos lácteos asegurarse que sean hechos con leche pasteurizada
- Consumir el melón recién cortado o meterlo al refrigerador de inmediato
- Mantener el melón a una temperatura de 5° C o menos por un máximo de 7 días
- Si el melón estuvo más de 4 horas a temperatura ambiente no consumirlo
- Guardar los paquetes de salchichas abiertos máximo por 1 semana y los paquetes cerrados por un máximo de 2 semanas en el refrigerador.
- Los embutidos sellados se pueden guardar en el refrigerador por un máximo de 2 semanas mientras que los empaques abiertos por 3 a 5 días.

### RECOMENDACIONES A PERSONAS EN GRUPO DE RIESGO:

- Evitar consumo de quesos blandos (fresco, blanco, panela, Brie, Camembert, Azul, feta)
- No consumir ningún tipo de germinado crudo o poco cocido (alfalfa, rábano, frijol chino)
- Evitar el consumo de salchichas, carnes frías u otros embutidos
- No consumir mariscos crudos o ahumados

## TRATAMIENTO

Para tratar la listeriosis se utilizan antibióticos como la ampicilina o penicilina G junto con un aminoglucósido.

Dr. Rafael Sirazi P



**RECUERDA SIEMPRE CONSULTAR AL ESPECIALISTA**

#### BIBLIOGRAFÍA

Listeria (Listeriosis) | Listeria | CDC en Español  
Listeria infection (listeriosis) - Diagnosis and treatment - Mayo Clinic  
Listeriosis - Enfermedades infecciosas - Manual MSD versión para profesionales (msdmanuals.com)

## DIAGNÓSTICO

El diagnóstico se hace con:

- Historia Clínica enfocada a buscar el consumo de alimentos
- Sintomatología
- Exploración Física
- Se confirma con un cultivo bacteriano tomando una muestra de un tejido o líquido del cuerpo (sangre, líquido cefalorraquídeo)

El inicio de los síntomas es muy variado ya que se pueden presentar de manera inmediata al consumir los alimentos contaminados con Listeria o hasta 70 días después del consumo, de manera general los síntomas suelen aparecer entre las 1 y 4 semanas después de consumir el alimento contaminado.



# CONSEJO MÉDICO

## LISTERIOSIS

### ¿QUÉ ES?

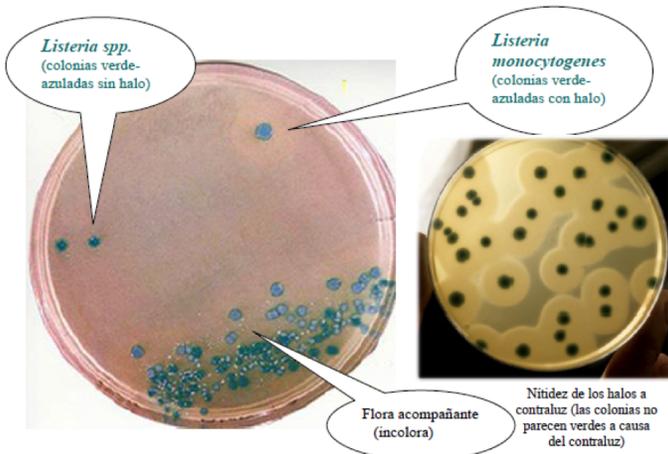
Es una infección ocasionada por la bacteria **Listeria monocytogenes**.

### ¿CÓMO SE INFECTA?

Al consumir alimentos contaminado

### GRUPOS DE RIESGO

- Mujeres embarazadas
- Recién nacidos
- Adultos mayores
- Personas con sistema inmunitario debilitado



### SÍNTOMAS

La listeriosis causa varios síntomas que dependen la persona y que parte del cuerpo fue infectada, los principales son:

- Fiebre • Diarrea

En la **listeriosis invasiva**, es cuando la infección se expande y no solo se queda en el Intestino y dependiendo el paciente se manifiestan los siguientes síntomas:

#### Embarazadas

- Fiebre
- Fatiga
- Dolor muscular
- Puede ocasionar aborto espontáneo
- Parto prematuro

#### Otras personas incluyendo a embarazadas

- Cefalea
- Rigidez en el cuello
- Confusión
- Pérdida del equilibrio
- Convulsiones
- Dolor muscular
- Fiebre
- Meningitis