

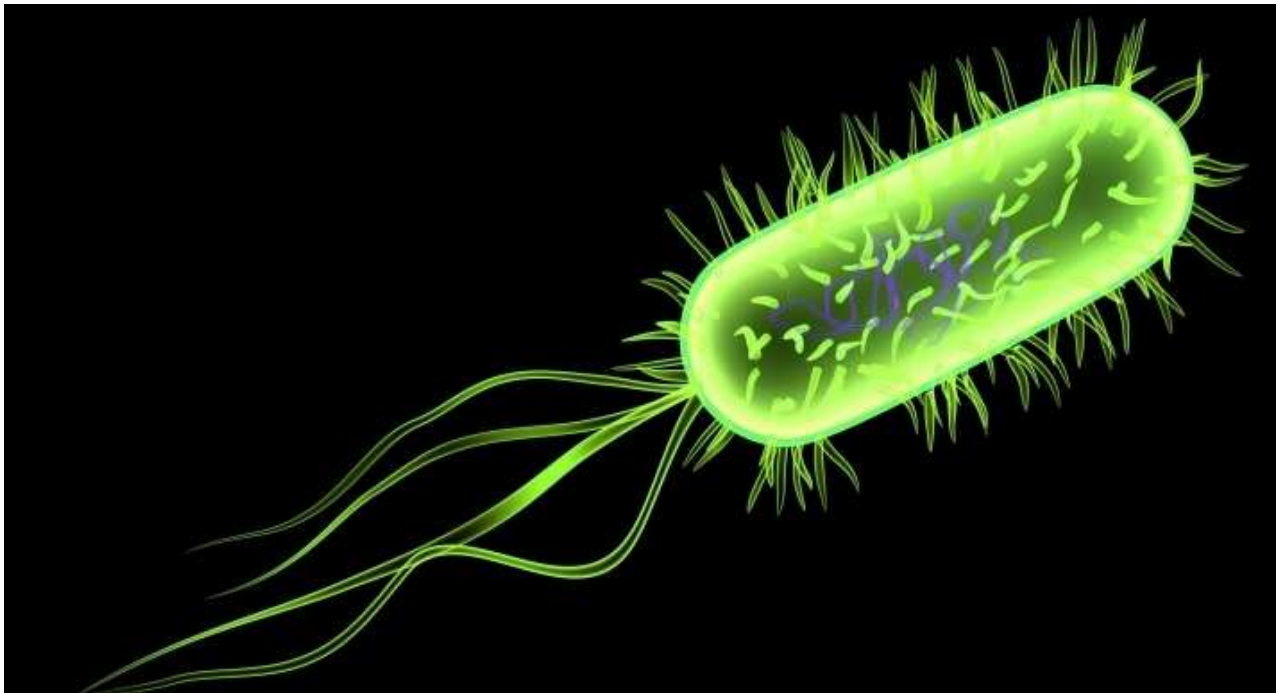


COLEGIO HISPANO INGLÉS



Asesoramiento Higiénico-Sanitario

# LISTERIA MONOCYTOGENES



CONSEJOS PARA PADRES Y EDUCADORES



## ¿Qué es la Listeria Monocytogenes?

Listeria monocytogenes es una bacteria intracelular facultativa y uno de los microorganismos más patógenos causantes de las infecciones alimentarias más virulentas. Es un microorganismo capaz de crecer a bajas temperaturas (temperaturas de refrigeración) y en altas concentraciones de sal.

## ¿Qué es la Listeriosis?

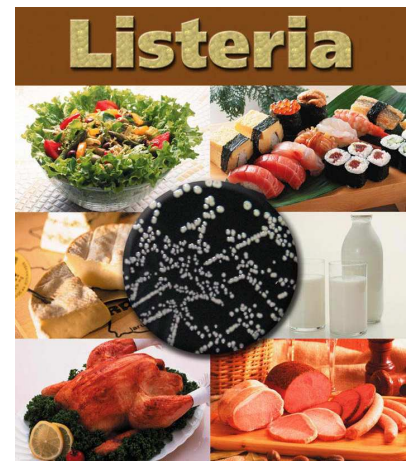
Es la enfermedad causada por la bacteria Listeria Monocytogenes. El 99% de los casos de listeriosis detectados en humanos se origina por el consumo de comida preparada. El 1% restante obedece a la infección de los neonatos por una madre infectada.

## ¿Síntomatología de una listeriosis?

La listeriosis es considerada una infección oportunista, es decir se presenta en población vulnerable (individuos inmuno deprimidos, embarazadas, neonatos y fetos, enfermos crónicos) y presenta dos tipos de cuadros clínicos:

**Invasivo**: que dan lugar a meningitis, conjuntivitis, encefalitis, endocarditis, partos prematuros, abortos, nacidos muertos.

**Gastroentéricos**: que puede presentar desde portadores sin síntomas (portadores sanos) hasta individuos con síntomas de gastrointestinales



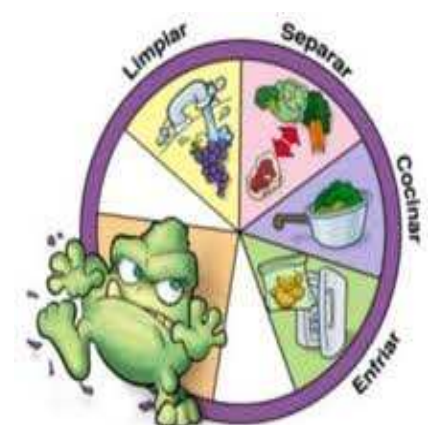


## ¿Porque está presente en los alimentos?

Su presencia en los alimentos esta determinada por su extensa distribución en el ambiente, tierra, agua, materia fecal, vegetación, ensilados y entornos a la producción de alimentos, por tanto la prevención será evitar contaminarlos y evitar contaminarnos con alimentos contaminados

## ¿Cómo se puede reducir el riesgo de contraer una listeriosis?

- Cocine completamente las comidas crudas provenientes de animales, como carne de res, cerdo, o aves.
- Lave y desinfecte (con lejía alimentaria) las frutas y vegetales que se vayan a ingerir crudos.
- Mantenga las carnes sin cocinar separadas de los vegetales, comidas cocinadas, y alimentos listos para comer.
- Evite la leche sin pasteurizar y alimentos hechos de leche sin pasteurizar.
- Lava y desinfecte las manos, cuchillos, tablas de cortar y superficies de trabajo después de manipular alimentos sin cocinar.
- Divida las comidas sobrantes en recipientes poco profundos antes de refrigerar, tápelos con papel transparente y recaliente hasta que salga vapor caliente.
- Utilice carnes y mariscos frescos antes de tres días de su compra.





## COLEGIO HISPANO INGLÉS



Asesoramiento Higiénico-Sanitario

- Mantenga las comidas calientes bien calientes (más de 65°C) y comidas frías bien frías (menos de 4°C)
- Manténgase alerta a los reportes en los medios de comunicación acerca de los alimentos que retiran del mercado, y revise las fechas de caducidad de los artículos sin cocinar o listos para comer. Siga las instrucciones del etiqueta de “consérvese a temperatura inferiores a .... , consérvese entre ...” y “la fecha de caducidad ”
- Recuerde que los frigoríficos se deben limpiar al menos una vez al mes (sobre todo gomas y rejillas de ventiladores ya que es, hay donde se acumula la suciedad y por tanto esta bacteria)

Y recuerden que el lavado de manos es fundamental siempre:

- Después de usar el baño
- Después de cambiar pañales
- Después de limpiar baños
- Después de manipular toallas o ropa sucia
- Después de fregar losa y antes de manipular alimentos
- Antes de comer



### REFERENCIAS

- [Silvia@michanie.com.ar](mailto:Silvia@michanie.com.ar)
- [www.consumer.es](http://www.consumer.es)
- [www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)
- [www.in.gov/isdh/23645.htm](http://www.in.gov/isdh/23645.htm)

