

INFEZIONI IN GRAVIDANZA COME PREVENIRLE!

LISTERIOSI

- Agente infettivo: *Listeria Monocytogenes*.
- Vettori: alimenti contaminati, terreno, feci di animali contaminati.

- Norme di prevenzione:
 - Bere latte pastorizzato o UHT.
 - Lavare accuratamente le mani prima, durante e dopo la preparazione dei pasti.
 - Scaldare carne e prodotti di gastronomia ad alte temperature.
 - Durante la preparazione dei pasti evitare la contaminazione con cibi crudi o provenienti da supermercati, gastronomie, rosticcerie, etc.
 - Evitare formaggi che possono contenere latte non pastorizzato (ricotta, formaggi molli o non industriali).
 - Lavare e cuocere accuratamente gli alimenti.
 - Evitare paté di carne freschi e non industriali o inscatolati.
 - Evitare il pesce affumicato.

SALMONELLOSI

- Agente infettivo: Salmonelle minori (*Salmonella Typhimurium*, *Salmonella Enteritidis*)
- Vettori: alimenti, acqua e animali domestici contaminati

- Norme di prevenzione:
 - Lavare accuratamente le mani prima, durante e dopo la preparazione dei pasti.
 - Refrigerare gli alimenti preparati in piccoli contenitori per abbattere la temperatura.
 - Cuocere gli alimenti animali, soprattutto pollame, maiale e uova.
 - Evitare uova crude o poco cotte (occhio di bue), sporche o rotte, gelati o zabaioni fatti in casa.
 - Bere latte pastorizzato o UHT.
 - Proteggere i cibi dalla contaminazione di insetti o roditori.
 - Durante la preparazione dei pasti evitare la contaminazione con cibi crudi o provenienti da supermercati, gastronomie, rosticcerie, etc.
 - Evitare che persone con diarrea si occupino della preparazione degli alimenti.

CITOMEGALOVIRUS

- Agente infettivo: *Citomegalovirus (CMV)*, famiglia degli *Herpesvirus*.
Non esiste un vaccino e l'infezione NON conferisce immunità permanente.
In gravidanza determina infezione congenita fetale nel 30% dei casi, dei quali il 10% sviluppa danni permanenti.
- Trasmissione: interpersonale attraverso fluidi corporei (latte materno, sangue, saliva, urina, liquido seminale, secrezioni vaginali).

- Norme di prevenzione:
 - Accurata igiene personale.
 - Lavaggio accurato delle mani con acqua calda e sapone prima di preparare, servire e consumare i pasti, dopo il cambio dei bambini, dopo essere andati in bagno o qualsiasi contatto con fluidi corporei.
 - Evitare di scambiarsi posate o altre stoviglie, soprattutto con i bambini piccoli.
 - Pulire accuratamente la casa e le superfici contaminate da fluidi corporei.