

TOXOPLASMOSI IN GRAVIDANZA

La **Toxoplasmosi** è l'infezione da *Toxoplasma gondii*, protozoo parassita che può colpire sia gli animali che l'uomo. Nelle persone sane la malattia è **generalmente asintomatica** o con semplici sintomi influenzali. Per soggetti debilitati e in donne in stato di gravidanza la toxoplasmosi può comportare invece conseguenze più gravi. In particolare **nelle donne in gravidanza può essere causa di aborto, malformazioni o gravi lesioni cerebrali del feto.**

I soggetti che entrano in contatto con il parassita sviluppano una risposta immunitaria che li protegge da successivi contatti. **Il soggetto che ha già contratto la toxoplasmosi ne è quindi immune per tutta la vita** e non può sviluppare la malattia una seconda volta.

Una possibile via di infezione è attraverso il **contatto con il suolo o con le feci di gatto** durante le attività di giardinaggio, di cura dell'orto oppure durante le operazioni di pulizia della lettiera del gatto stesso.

Durante lo svolgimento di queste attività, il rischio è di venire a contatto con materiale infetto e successivamente portare le mani a contatto con la bocca.

Un'altra possibile via è l'**ingestione di frutta e verdura crude o mal lavate**, contaminate.

Tuttavia la via di trasmissione prevalente è il **consumo di carne cruda o poco cotta.**

COME EVITARE LA TOXOPLASMOSI

Gli **alimenti** che sono più spesso implicati in casi di toxoplasmosi sono:

- frutta e verdura cruda o mal lavata, in particolare quella dell'orto;
- carni crude o poco cotte;
- carni affumicate e salumi o insaccati poco stagionati (meno di 30gg) soprattutto se prodotti a livello familiare.

Particolare attenzione va data agli alimenti pronti per il consumo che possono essere soggetti a cross-contaminazione:

- diretta, per contatto con altri alimenti che veicolano il patogeno (carne cruda, pesce crudo, frutta e verdura non lavate),
- indiretta, per contatto con utensili o superfici di lavoro contaminate e non adeguatamente pulite.

Allontanare il **gatto domestico** è una misura non necessaria.

Per una maggior sicurezza però puoi adottare le seguenti precauzioni:

- alimenta il gatto con cibi cotti o in scatola;
- evita il contatto con le feci di gatto;
- evita di svolgere personalmente le operazioni di pulizia della cassetta;
- fai pulire la lettiera e asportare la sabbia della cassetta giornalmente per evitare lo sviluppo delle oocisti eventualmente presenti nelle feci, fai igienizzare il contenitore per almeno 5 minuti con acqua bollente;
- evita i gatti randagi, soprattutto i cuccioli perché hanno una più alta probabilità di essere infetti;
- non accogliere nuovi gatti in casa proprio durante la gravidanza.

Fonte: www.alimentigravidanza.it