Toxoplasmosis

Esta hoja trata sobre la exposición a la toxoplasmosis en el embarazo y durante la lactancia. Esta información se basa en la literatura publicada disponible. No debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

¿Qué es la toxoplasmosis?

La toxoplasmosis es una infección causada por el parásito ***Toxoplasma Gondii***. El ***Toxoplasma gondii*** se puede encontrar en la carne cruda o poco cocida, los huevos crudos y la leche sin pasteurizar. Los roedores o gatos que comen carne cruda pueden infectarse. Una vez infectado, el animal puede desprender el parásito en las heces (caca) durante un máximo de dos semanas. Los huevos del ***Toxoplasma gondii*** pueden vivir en las heces de los gatos o enterrados en el suelo hasta por 18 meses.

Las personas pueden contraer toxoplasmosis al comer carne infectada que no haya sido cocinada adecuadamente, al beber agua contaminada o al tocar tierra o heces de gato que contengan el parásito. Algunos estudios sugieren que la toxoplasmosis se puede transmitir a la pareja durante las relaciones sexuales sin protección, incluidas las orales. Las personas que han tenido recientemente un gato o tienen gatos en el exterior, comen carne poco hecha, trabajan en el jardín sin guantes o han padecido recientemente una enfermedad del tipo de la mononucleosis, tienen más probabilidades de contraer toxoplasmosis.

La mayoría de los adultos infectados con toxoplasmosis no presentan síntomas. Algunas personas pueden tener inflamación de los ganglios linfáticos, fiebre, dolor de cabeza o dolor muscular. En la mayoría de los casos, una vez que se ha contraído la toxoplasmosis, no se puede volver a contraer; Sin embargo, ha habido informes de personas que se han infectado más de una vez. Por ejemplo, las personas con un sistema inmunitario debilitado podrían desarrollar otra infección de toxoplasmosis activa.

¿Cómo puedo saber si estoy infectado con toxoplasmosis?

Los análisis de sangre se pueden utilizar para diagnosticar infecciones de toxoplasmosis. Hable con su proveedor de atención médica sobre su riesgo de contraer toxoplasmosis y las opciones de detección, pruebas y tratamiento disponibles.

¿Cuáles son algunas cosas que puedo hacer para reducir la posibilidad de una infección por toxoplasmosis?

- Cocinar la carne hasta que ya no esté rosada y los jugos salgan claros. Utilice un termómetro de alimentos para medir la temperatura interna (interior) y asegurarse de que la carne esté completamente cocida. Puede encontrar una lista detallada de temperaturas y alimentos aquí: https://espanol.foodsafety.gov/tablas-de-seguridad-alimentaria-nl7i/temperaturas-internas-m%C3%ADnimas-y-seguras.
- Congele la carne durante varios días a temperaturas bajo cero (por debajo de 0 °F/-18 °C) antes de cocinar para reducir en gran medida la posibilidad de infección.
- No coma ostras, mejillones o almejas crudas o poco cocidas.
- Lave las tablas de cortar, los platos, las encimeras y los utensilios con agua caliente y jabón después de cualquier contacto con carne cruda, marisco o frutas o verduras sin lavar.
- Lávese las manos cuidadosamente después de manipular carne, frutas y verduras crudas.
- Lave todas las frutas y verduras. Pelar las frutas y verduras también ayuda a reducir la posibilidad de exposición.
- Evite beber agua sin tratar.
- No beba leche sin pasteurizar.
- Use guantes cuando trabaje en el jardín y durante el contacto con la tierra o la arena. Lávese las manos con agua y jabón después de la jardinería o el contacto con tierra o arena.
- No toque las heces del gato directamente; debe usar guantes si cambia la arena para gatos y lavarse las manos

inmediatamente.
- No alimente a los gatos con carne cruda o poco cocida.
- Evite los gatos callejeros, especialmente los gatitos.
- Mantenga las cajas de arena al aire libre cubiertas.

Tuve toxoplasmosis en el pasado. ¿Puede eso aumentar la posibilidad de defectos de nacimiento u otros problemas relacionados con el embarazo?

Si usted tuvo toxoplasmosis en el pasado, es probable que sea inmune. En general, no se esperan mayores riesgos para un embarazo cuando alguien se infecta con toxoplasmosis más de 6 meses antes de quedar embarazada.

¿Tener toxoplasmosis dificulta quedar embarazada?

No se sabe si tener toxoplasmosis puede dificultar el embarazo.

¿Tener toxoplasmosis aumenta la probabilidad de un aborto espontáneo?

El aborto espontáneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. Se ha informado de un aumento de las probabilidades de aborto espontáneo con la infección activa por toxoplasmosis durante el embarazo.

¿Tener toxoplasmosis aumenta la posibilidad de defectos de nacimiento?

Los defectos de nacimiento pueden ocurrir en cualquier embarazo por diferentes razones. De todos los bebés que nacen cada año, aproximadamente 3 de cada 100 (3 %) tendrán un defecto de nacimiento. Analizamos estudios de investigación para intentar comprender si una exposición, como la toxoplasmosis, podría aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento en un embarazo.

La infección por toxoplasmosis se puede transmitir al feto cuando la persona que está embarazada tiene una infección activa durante el embarazo. Cuando una persona está embarazada y transmite una infección al feto, se denomina transmisión vertical. La transmisión vertical puede ocurrir en cualquier momento durante el embarazo, pero es más probable que ocurra cuando alguien contrae la infección cerca del parto.

Si la toxoplasmosis se transmite al embarazo, el feto tiene mayor probabilidad de sufrir ciertos defectos de nacimiento y problemas de desarrollo conocidos como “toxoplasmosis congénita”. Algunos bebés con toxoplasmosis congénita pueden tener problemas en el cerebro, los ojos, el corazón, los riñones, la sangre, el hígado o el bazo. Cuando la infección comienza durante el primer trimestre, el bebé presenta una mayor probabilidad de tener problemas graves.

¿Tener toxoplasmosis aumenta la probabilidad de sufrir otros problemas relacionados con el embarazo?

Un estudio sugirió que la toxoplasmosis podría aumentar la probabilidad de problemas relacionados con el embarazo, como parto prematuro (nacimiento antes de la semana 37) o bajo peso al nacer (peso inferior a 5 libras, 8 onzas [2500 gramos] al nacer). Cuando la infección por toxoplasmosis comienza tarde en el embarazo, la probabilidad de que el feto tenga problemas graves es menor. Sin embargo, la posibilidad de transmitir la infección al feto es mayor cuando la infección ocurre más adelante en el embarazo. Se ha informado de un aumento de la probabilidad de muerte fetal en mujeres con infección activa por toxoplasmosis durante el embarazo.

¿Tener toxoplasmosis durante el embarazo afecta el comportamiento o el aprendizaje futuro del niño?

Los bebés con toxoplasmosis congénita (hasta el 90 %) pueden desarrollar problemas con el tiempo, como pérdida de la visión, convulsiones, pérdida de la audición o retrasos en el desarrollo. Estos síntomas pueden ocurrir meses o años después del nacimiento. Los bebés con toxoplasmosis congénita deben recibir tratamiento para la infección durante el primer año de vida y luego deben ser revisados regularmente para detectar problemas. Su equipo de atención médica puede hablar con usted sobre qué exámenes, pruebas y tratamientos son adecuados para su bebé.

La lactancia materna mientras tengo toxoplasmosis:

El ***Toxoplasma gondii*** pasa a la leche materna. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan que las mujeres con infección activa por toxoplasmosis que estén amamantando sigan haciéndolo a

menos que tengan lesiones en la piel o sangrado en el área del pezón. Si sospecha que el bebé presenta fiebre o síntomas similares a los de la gripe, comuníquese con el proveedor de atención de salud del niño. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia.

Si un hombre tiene toxoplasmosis, ¿puede afectar la fertilidad o aumentar el riesgo de defectos de nacimiento?

No se han realizado estudios en seres humanos para determinar si la toxoplasmosis podría afectar la fertilidad de un hombre (capacidad de dejar embarazada a una mujer). En los animales, la fertilidad masculina se vio afectada hasta 70 días después de una infección por toxoplasmosis.

Algunos estudios sugieren que la toxoplasmosis se puede transmitir a la pareja durante las relaciones sexuales sin protección, incluidas las orales. En una mujer embarazada, una infección activa por toxoplasmosis puede aumentar los riesgos para el embarazo. Hable con su proveedor de atención médica si ha tenido contacto sexual con alguien que tiene toxoplasmosis. Para más información sobre exposiciones paternales, lea la hoja informativa de MotherToBaby en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/exposiciones-paternas/.

Haga clic aquí para acceder a las referencias.

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en MotherToBaby.org .

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, abril 1, 2024.