

# Toxoplasmosis

---

Esta hoja trata sobre la exposición a toxoplasmosis en el embarazo y durante la lactancia. Esta información 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 infectados, los gatos pueden eliminar el parásito en las heces hasta por dos semanas. Los huevos del *Toxoplasma gondii* pueden vivir en las heces de los gatos o enterrados en el suelo hasta por 18 meses.

Puede contraerla al comer carne infectada que no ha sido cocinada adecuadamente, beber agua contaminada o 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 hayan tenido recientemente un gato o tienen gatos en exteriores, comen carne poco cocida, hacen jardinería o que han tenido una enfermedad reciente de tipo mononucleosis tienen una mayor probabilidad 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.

## ***¿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. Se recomienda usar un termómetro para alimentos para medir la temperatura interna y asegurarse de que la carne esté completamente cocida. Puede encontrar una lista detallada de temperaturas y alimentos aquí: <https://www.foodsafety.gov/food-safety-charts/safe-minimum-internal-temperatures>.
- Congele la carne durante varios días a temperatura bajo cero (por debajo de 0 °F/-18 °C) temperaturas antes de cocinar para reducir en gran medida la posibilidad de infección.
- No coma ostras, mejillones o almejas crudas o poco cocidas.
- Lavar 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.
- Lavar 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 de cabra 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 tocar 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.

Si hay alguna preocupación por usted o su embarazo, hable con su proveedor de atención médica sobre las opciones

de detección, pruebas y tratamiento disponibles.

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

En general, no se esperan mayores riesgos para un embarazo cuando alguien se infecta con toxoplasmosis más de 6 meses antes de quedar embarazada. Si tuvo toxoplasmosis en el pasado, es probable que sea inmune, lo que significa que no habría una mayor probabilidad de complicaciones del embarazo.

***Tengo/he tenido toxoplasmosis. ¿Puede hacer que me resulte más difícil quedar embarazada?***

Según los estudios revisados, la toxoplasmosis puede dificultar el embarazo.

***¿Tener/contrair toxoplasmosis aumenta la probabilidad de 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/contrair toxoplasmosis durante el embarazo aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento?***

Cada embarazo comienza con un 3-5% de probabilidad de tener un defecto de nacimiento. Esto se conoce como riesgo de fondo. La infección por toxoplasmosis se puede transmitir al feto cuando la persona que está embarazada tiene una infección activa durante el embarazo. La posibilidad de transmisión puede cambiar dependiendo de qué tan avanzado esté el embarazo. Los bebés que se infectan durante el embarazo contraen una infección por "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/contrair toxoplasmosis durante el embarazo causa complicaciones del embarazo?***

No se espera que la toxoplasmosis aumente 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/contrair toxoplasmosis durante el embarazo afecta el comportamiento o el aprendizaje futuro del niño?***

Según los estudios revisados, 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 cada cierto tiempo para detectar problemas. Su equipo de atención médica puede hablar con usted sobre qué exámenes, pruebas y tratamientos son adecuados para su bebé.

***Lactancia materna mientras se tiene toxoplasmosis:***

No hay estudios que sugieran que *Toxoplasma gondii* se transmite a través de la leche materna. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan que las personas 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, ¿podría afectar la fertilidad (capacidad de embarazar a su pareja) o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?***

Según los estudios revisados, la toxoplasmosis puede afectar la fertilidad masculina. Algunos estudios sugieren que la toxoplasmosis se puede transmitir a la pareja durante las relaciones sexuales sin protección, incluidas las orales.

Hable con su proveedor de atención médica si ha tenido contacto sexual con alguien que tiene toxoplasmosis. Para obtener más información sobre exposiciones paternas durante el embarazo, consulte la hoja informativa MotherToBaby sobre las exposiciones paternas en <https://mothertobaby.org/fact-sheets/paternal-exposures-pregnancy/>.

**Por favor haga clic [aquí](#) para ver las referencias.**

**¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en [MotherToBaby.org](https://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). *OTIS/MotherToBaby fomenta el lenguaje inclusivo y centrado en la persona. Si bien nuestro nombre todavía contiene una referencia a las madres, estamos actualizando nuestros recursos con términos más inclusivos. El uso del término madre o materna se refiere a una persona que está embarazada. El uso del término padre o paterno se refiere a una persona que contribuye esperma.* Copyright de OTIS, julio 1, 2022.