

Hoja informativa

Listeriosis

¿Qué es la listeriosis?

La listeriosis es una infección grave causada por el consumo de alimentos contaminados con la bacteria *Listeria monocytogenes*.

¿Cómo se propaga la listeriosis?

Las personas generalmente se enferman de listeriosis después de comer alimentos contaminados como carnes del delicatessen procesadas incorrectamente, quesos blandos y productos lácteos no pasteurizados.

¿Cuáles son las señales y los síntomas de la listeriosis?

- Fiebre
- Dolores musculares
- Náuseas
- Diarrea

Si la infección *por Listeria* se propaga al sistema nervioso, las señales y los síntomas pueden incluir:

- Dolor de cabeza
- Cuello rígido
- Confusión o cambios en el estado de alerta
- Pérdida de equilibrio
- Convulsiones

¿Cuánto tiempo después de la infección aparecen los síntomas?

Los síntomas pueden comenzar unos días después de haber ingerido alimentos contaminados, pero pueden pasar hasta 30

días o más antes de que comiencen las primeras señales y síntomas de infección.

¿Quién está en mayor riesgo?

Las mujeres embarazadas y sus recién nacidos, los adultos de 65 años o más y las personas con el sistema inmunológico debilitado tienen más probabilidades de enfermarse por infección *por Listeria*.

¿Qué tipo de problemas de salud son causados por la listeriosis?

- Una infección sanguínea generalizada (septicemia)
- Inflamación de las membranas y del líquido que rodea el cerebro (meningitis)
- Nacimiento prematuro
- Aborto espontáneo
- Muerte fetal
- Infección en el bebé después del nacimiento

¿Cómo se diagnostica la listeriosis?

Un análisis o cultivo de sangre a menudo se usa para determinar si usted tiene una infección *por Listeria*. En algunos casos, también se pueden analizar muestras de orina o líquido espinal.

¿Cómo se trata la listeriosis?

El tratamiento varía según la gravedad de las señales y síntomas de enfermedad. La mayoría de las personas con síntomas leves no

requieren tratamiento. Las infecciones más graves se pueden tratar con antibióticos.

¿Cómo se puede prevenir la listeriosis?

- Lávese bien las manos antes y después de manipular o preparar los alimentos.
- Después de cocinar, lave utensilios, tablas de cortar y otras superficies de preparación de alimentos.
- Cocina bien los alimentos.
- Tenga cuidado al comer alimentos que tienen más probabilidades de estar contaminados si tiene mayor riesgo de infección.

¿Dónde puedo obtener más información?

- Su proveedor de atención médica personal
- [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(CDC\)](https://www.cdc.gov)
- [Departamento de Salud y Servicios Humanos de Utah](https://www.health.utah.gov)