



## Norme per prevenire l'infezione da toxoplasma

La toxoplasmosi è una infezione protozoaria diffusa in tutto il mondo; in Italia la popolazione immune (cioè che ha già contratto l'infezione e quindi possiede anticorpi contro essa) varia dal 40 al 75% a seconda delle regioni. Il toxoplasma può essere ospite definitivo nel gatto, dove può riprodursi nel tratto gastrointestinale ed essere eliminato con le feci all'esterno.

In numerosissime specie di mammiferi (suini, bovini, ovini) ed uccelli domestici e selvatici, si riproduce invece a livello extraintestinale, contaminandone le carni e le uova. Anche il cane, più raramente, può essere veicolo di infezioni quindi anche in questo caso vanno utilizzate alcune semplici norme igieniche.

Nella donna l'infezione può essere del tutto asintomatica.

Il rischio di trasmissione transplacentare al feto aumenta con l'aumentare dell'epoca gestazionale mentre la gravità dei danni fetali è tanto più elevata quanto più precoce è l'epoca gestazionale di infezione materna.

### Alcune semplici norme da seguire

- Utilizzare la carne cotta a temperatura superiore a 70° oppure affumicata o congelata.

| No                  | Si               |
|---------------------|------------------|
| roast – beef        | Carne ben cotta  |
| bistecche al sangue | Prosciutto cotto |
| tartare             | Prosciutto praga |
| carpaccio           |                  |
| tagliata            |                  |
| prosciutto crudo    |                  |
| bresaola            |                  |
| salame              |                  |
| mortadella          |                  |

(Non consumare le carni crude o poco cotte tipo roast – beef – bistecche al sangue, tartare, carpaccio, tagliata... Non consumare inoltre salumi e insaccati crudi tipo prosciutto crudo, bresaola, salame, mortadella). Sono concessi salumi cotti come prosciutto cotto o praga.

- Lavare accuratamente le mani dopo aver maneggiato carni crude.
- Evitare di toccare la mucosa della bocca e degli occhi quando si maneggia carne cruda.
- Non lasciare cibi scoperti perché possono essere contaminati da insetti come mosche e scarafaggi.
- Non ber acqua direttamente da fonti sorgive.
- Lavare accuratamente con getto d'acqua frutta e verdura prima di consumarla.
- Mangiare frutta sbucciata.
- Evitare contatti con materiale potenzialmente contaminato con feci di gatto come la cassetta della sabbia o i guanti o strumenti utilizzati per maneggiarla.
- Disinfettare la cassetta della sabbia con acqua bollente per 5 minuti
- Raramente anche il cane può essere veicolo di infezioni, adottare e stesse norme igieniche usate per il gatto .
- Usare i guanti per i lavori di giardino.

