



INFORMAZIONE SULLAPREVENZIONE DELLE INFEZIONI IN GRAVIDANZA

Norme per la prevenzione dell'infezione da **CITOMEGALOVIRUS**

Il Citomegalovirus (CMV) appartenente alla famiglia degli Herpesvirus. L'uomo è l'unico serbatoio di infezione del Cmv, il contagio può avvenire per contatto persona-persona (per esempio tramite, baci sulla bocca, contatto della bocca con mani sporche di urina o saliva), per trasmissione madre-feto durante la gravidanza.

La prevenzione dell'infezione si basa su semplici norme igieniche da seguire:

- non condividere con il bimbo stoviglie (es. tazze, piatti, bicchieri, posate), cibo (es. non assaggiare la sua pappa con lo stesso cucchiaino), biancheria (es. asciugamani, tovaglioli), strumenti per l'igiene (es. spazzolino da denti)
- non portare alla bocca succhiotti o ciò che il bimbo possa aver messo in bocca
- non baciare il bambino sulla bocca o sulle guance
- lavarsi accuratamente le mani con acqua e sapone dopo aver
 - pulito il naso e la bocca del bambino
 - cambiato il pannolino
 - maneggiato la biancheria sporca e i giocattoli
 - dato la pappa e fatto il bagnetto
- lavare frequentemente giocattoli e superfici varie (es seggiolone, box, passeggino) con acqua e sapone

Norme per la prevenzione dell'infezione da **TOXOPLASMOSI**

La toxoplasmosi è una malattia frequentemente asintomatica nell'adulto sano, ma se contratta in gravidanza può essere trasmessa al feto con rischio di conseguenze fetali tanto più gravi quanto più precoce è il passaggio attraverso la placenta

La prevenzione dell'infezione si basa su semplici norme igienico-alimentari da attuare per tutta la durata della gravidanza:

- lavare frutta e verdura (incluse le insalate già preparate) prima della manipolazione e del consumo
- lavare le mani prima, durante e dopo la preparazione degli alimenti
- cuocere bene la carne e anche le pietanze surgelate già pronte
- evitare le carni crude conservate, come prosciutto e insaccati



- evitare il contatto con le mucose dopo aver manipolato carne cruda
- evitare il contatto con terriccio potenzialmente contaminato da feci di gatto (eventualmente indossare i guanti e successivamente lavare bene le mani)
- evitare il contatto con le feci dei gatti (eventualmente indossare i guanti nel cambiare la lettiera e successivamente lavare bene le mani).

Norme per la prevenzione dell'infezione da **LISTERIOSI** e **SALMONELLOSI**

La listeriosi, causata dal batterio *Listeria monocytogenes*, può dare luogo a una forma invasiva sistemica con sintomatologia lieve simil-influenzale o acuta con sepsi, encefaliti e meningiti. È anche causa di una forma diarroica tipica delle tossinfezioni alimentari. È associata ad aborto spontaneo, nato morto e gravi patologie del neonato

Per ridurre il rischio di **listeriosi** si consiglia di:

- bere solo latte pastorizzato o UHT
- evitare di mangiare carni o altri prodotti elaborati da gastronomia senza che questi vengano nuovamente scaldati ad alte temperature
- evitare di contaminare i cibi in preparazione con cibi crudi e/o provenienti dai banconi di supermercati, gastronomie e rosticcerie
- non mangiare formaggi molli se non si ha la certezza che siano prodotti con latte pastorizzato
- non mangiare pâté di carne freschi e non inscatolati
- non mangiare pesce affumicato.

La salmonellosi è una tossinfezione a trasmissione oro-fecale causata dalle cosiddette *Salmonelle* minori. Non avviene trasmissione verticale, ma la salmonellosi può provocare un quadro sintomatologico variabile, che comprende una forma gastroenterica (con febbre, nausea, vomito, dolori intestinali, diarrea anche grave) e una forma infettiva a carico di ossa e meningi, che si verifica soprattutto in anziani, bambini e soggetti immunodepressi.

Per diminuire il rischio di **salmonellosi** si consiglia di:

- lavare frutta e verdura prima della manipolazione e del consumo
- lavare le mani prima, durante e dopo la preparazione degli alimenti
- refrigerare gli alimenti preparati in piccoli contenitori, per garantire un rapido abbattimento della temperatura
- cuocere tutti gli alimenti derivati da animali, soprattutto pollame, maiale e uova
- evitare (o perlomeno ridurre) il consumo di uova crude o poco cotte (per esempio all'occhio di bue), di gelati e zabaioni fatti in casa, o altri alimenti preparati con uova sporche o rotte
- consumare solo latte pastorizzato o UHT
- proteggere i cibi preparati dalla contaminazione di insetti e roditori
- evitare le contaminazioni tra cibi, avendo cura di tenere separati i prodotti crudi da quelli cotti
- evitare che persone con diarrea preparino gli alimenti.