

LISTERIOSI

La listeriosi és una malaltia que s'adquireix per ingestió del bacteri *Listeria monocytogenes*. Aquest bacteri no afecta només un òrgan, sinó que pot afectar molts òrgans diferents de l'organisme humà. Pot viure en molts llocs diferents: en l'ambient, sòl, aliments, femtes, frigorífics, en temperatures fredes o en aliments envasats al buit.

El seu hàbitat principal és el sòl i la matèria vegetal en descomposició, on sobreviu i creix com a sapròfit (organisme viu que obté els nutrients que necessita de la matèria orgànica animal o vegetal, morta o en descomposició). Però com que pot viure en tants llocs, pot contaminar aliments molt fàcilment, essent aquesta la principal via d'infecció dels humans.

Una vegada aquest bacteri ha contaminat un aliment pot créixer a temperatures de refrigeració, a un pH de 4,5-5, en condicions aeròbies o anaeròbies i també en el buit. Pot sobreviure a la fabricació i maduració de molts formatges, als tractaments de deshidratació i congelació de la carn. S'ha trobat en escorxadors i establiments on es processa carn, llet o peix.

La infecció per aquest bacteri té molt risc en les dones embarassades, ja que el fetus es pot infectar, cosa que provoca l'avortament.

Com es transmet?

La via més freqüent és la ingestió del bacteri a través dels aliments, però també es pot adquirir per inhalació o per contacte sexual. Les dones embarassades afectades per aquest bacteri poden transmetre'l al fetus mentre aquest es troba dins l'úter, o en el moment del part.

Els aliments implicats en la transmissió d'aquest bacteri són lactis sense pasteuritzar o que s'han contaminat després, productes carnis preparats per consumir, com salsitxes o patès, peix i vegetals.

Síntomes

El període d'incubació és molt variable, per tant, els símptomes poden aparèixer entre tres i setanta dies després de la infecció, tot i que el més normal és que apareguin en el període d'un mes després d'haver estat en contacte amb el bacteri.

La malaltia que es desenvolupa depèn de la quantitat de bacteris ingerits i de l'estat immunitari de la persona. Pot ser que provoqui una gastroenteritis, amb un inici ràpid dels símptomes, o malalties sistèmiques:

- *Listeriosi neonatal* – afecta els nounats els primers dies després del part, causa meningitis i s'associa a una elevada mortalitat.
- *Listeriosi de l'embarassada* – pràcticament no afecta la mare, però té conseqüències molt greus pel fetus: meningitis, avortament i mort.
- *Listeriosi del pacient immunodeprimit* – afecta sobretot la gent gran, però també persones amb neoplàsies o sida. Aquesta malaltia té una elevada mortalitat i es presenta com una infecció generalitzada.

En la majoria dels casos, la infecció per *Listeria* produeix febre i símptomes similars als d'una grip.

Tractament

Els antibiòtics orals són molt eficaços, les millors opcions són penicil·lina o ampicil·lina, soles o associades a gentamicina. En pacients al·lèrgics a la penicil·lina, la teràpia l'alternativa és la combinació de trimetoprim i sulfametoxazol i també es pot fer servir la doxiciclina.

La durada del tractament és de 10 dies.

Prevenció

Recomanacions als establiments que elaboren productes alimentaris

Pasteuritzar i coure els aliments

Netejar i desinfectar equips i instal·lacions

Evitar la contaminació creuada entre aliments cuits i crus

Evitar els emmagatzematges llargs

No trencar la cadena del fred

Recomanacions als consumidors

Cuinar la carn i el peix a temperatures elevades

No beure llet sense tractament tèrmic

Rentar bé els aliments que es consumeixen crus: hortalisses, fruites, ...

Rentar-se les mans i netejar bé els estris de cuina

Netejar sovint la nevera

Reescalfar bé les restes d'aliments i plats precuinats abans de consumir-los

Aquests consells els ha de seguir tothom i sobretot les persones amb més risc, com les embarassades, la gent gran i les persones immunodeprimides.