

¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR LA TOXOPLASMOSIS?

No existe una vacuna disponible para protegerse contra la toxoplasmosis, pero se puede reducir el riesgo de exposición e infección con algunas precauciones simples. Tenga en cuenta que es más probable que se infecte con *Toxoplasma* a través de carne poco cocida o del medioambiente que a través de su gato.

Precauciones generales

- Use guantes cuando haga trabajos de jardinería o toque tierra o arena que puedan estar contaminadas con heces de gato.
- Lávese las manos con agua y jabón inmediatamente después de trabajar con tierra o después de manipular carne cruda o poco cocida, verduras o productos lácteos no pasteurizados.
- Evite consumir o alimentar a las mascotas con leche no pasteurizada u otros productos lácteos no pasteurizados.
- Lave bien las frutas y verduras con agua corriente antes de consumirlas, especialmente aquellas cultivadas en huertos domésticos.
- Cocine la carne a temperaturas que eliminen el *Toxoplasma* y otros organismos infecciosos. Esto significa al menos 165 °F para aves (cortes enteros o picados), 145 °F para cortes enteros de carne y pescado, y 160 °F para carne picada.
- Lave bien las tablas de cortar, cuchillos, fregaderos y encimeras con agua caliente y jabón inmediatamente después de cortar carnes.
- Cubra cualquier arenero al aire libre cuando no esté en uso para evitar que los gatos la utilicen como caja para sus necesidades.



Precauciones adicionales para los dueños de gatos

- Mantenga a su gato dentro de casa para evitar que cace roedores y pájaros.
- Evite alimentar a su gato con alimentos crudos.
- Retire los desechos de la caja de arena del gato a diario, antes de que los ooquistes de *Toxoplasma* en las heces puedan volverse infecciosos. Lo ideal sería reemplazar la arena a diario, especialmente si no es aglomerante. Sin embargo, es posible que esta frecuencia no sea siempre factible o necesaria, en particular si es poco probable que el gato se haya infectado recientemente, como cuando está en el interior y se alimenta con alimentos enlatados, secos o bien cocidos. Recuerde: los gatos anteriormente infectados por lo general representan poco riesgo para los demás.
- Lávese las manos después de sacar los desechos de la caja de arena y deseche la arena para gatos usada de manera segura, preferiblemente en una bolsa de plástico sellada.
- Si su gato tiene pelo largo en la parte trasera y tiende a acumular materia fecal allí, recorte con cuidado la zona o haga que un profesional lo acicale para mantenerla limpia. De manera similar, en el caso de los gatos que tienen demasiado sobrepeso, están enfermos o tienen artritis como para acicalarse adecuadamente, es posible que tenga que acicalarlos (lávese las manos después) o hacer que un profesional lo haga.

Precauciones adicionales para personas embarazadas o inmunodeprimidas

- Si es posible, evite tocar gatos callejeros o adoptar gatos nuevos durante su embarazo o enfermedad. Si un nuevo gato se suma a su familia durante este tiempo, haga que un veterinario lo examine exhaustivamente de inmediato para asegurarse de que esté sano. El veterinario también podrá responder cualquier pregunta que pueda tener.
- Si tiene un gato, pídale a otra persona que limpie la caja de arena, si es posible. Si no es posible, cambie la arena a diario (para evitar el contacto con los ooquistes después de que hayan tenido suficiente tiempo para volverse infecciosos). Utilice guantes de goma al hacerlo y lávese bien las manos después.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE CÓMO MANTENER A SU MASCOTA FELIZ Y SALUDABLE EL MAYOR TIEMPO POSIBLE, VISITE:

American Veterinary Medical Association
avma.org/PetOwners

TOXOPLASMOSIS

Presentado por su veterinario y la
American Veterinary Medical Association



avma.org

(C) 2024 American Veterinary Medical Association

mcm-1024



La toxoplasmosis es una enfermedad causada por un parásito microscópico llamado *Toxoplasma gondii*. Casi todos los animales de sangre caliente pueden infectarse con *Toxoplasma*, incluidas la mayoría de las mascotas, aves, ganado, roedores, personas y otros mamíferos. Sin embargo, los gatos domésticos y otras especies de gatos son los únicos en los que el parásito puede alcanzar la etapa reproductiva adulta y producir diminutos “ooquistes” similares a huevos. Esto convierte a los gatos en actores fundamentales en la propagación del *Toxoplasma*.

En la etapa temprana de la infección, los gatos pueden eliminar millones de ooquistes de *Toxoplasma* en sus heces (excrementos). Después de aproximadamente 1 a 5 días en el ambiente, los ooquistes se vuelven infecciosos.

Las personas y los animales pueden infectarse al ingerir tierra, plantas o agua contaminadas con estos ooquistes. Una vez dentro del cuerpo, los parásitos de los ooquistes forman quistes microscópicos y quedan latentes. Estos quistes pueden permanecer en su lugar durante el resto de la vida del animal, sin efectos nocivos.

En todos los animales, excepto en los gatos, el ciclo de vida del parásito generalmente termina allí. Sin embargo, en los gatos ocurre algo más. Una vez que el parásito ingresa a los intestinos, comienza a producir más ooquistes, que luego se eliminan en las heces del gato durante aproximadamente 1 a 3 semanas, y el ciclo vuelve a comenzar.

La infección no siempre causa la enfermedad. De hecho, la mayoría de las personas y animales infectados no presentan ningún síntoma o signo. Aun así, ciertos grupos de riesgo pueden desarrollar una enfermedad grave o que pone en riesgo la vida. Entre ellos se incluyen los fetos, las personas muy jóvenes, los inmunodeprimidos (individuos con sistemas inmunes debilitados) y ciertos mamíferos marinos (como las nutrias marinas y las focas).



Puede ayudar a protegerse a sí mismo, a su gato y a otras personas informándose sobre cómo se transmite la toxoplasmosis y tomando medidas simples para evitar que esto suceda.

¿CÓMO SE PROPAGA EL TOXOPLASMA?

Además de propagarse a través de las heces de los gatos, el parásito también puede propagarse de otras maneras.

- Los gatos suelen contraer el parásito al comer presas infectadas (como roedores o pájaros) con quistes de *Toxoplasma* en sus tejidos. Esto también puede ocurrirle a otros animales que se alimentan de presas.
- Las personas y los animales pueden infectarse al consumir alimentos como los siguientes:
 - Carne cruda o poco cocida (especialmente carne de cerdo, cabra, cordero/carnero y de animales cazados)
 - Leche no pasteurizada (incluida la leche de cabra) o productos lácteos
 - Frutas y verduras sin lavar contaminadas con tierra que contiene ooquistes infecciosos
 - Ostras, almejas y mejillones crudos obtenidos de agua de mar contaminada
- Las personas pueden infectarse a través de la jardinería y otras actividades que implican contacto directo con tierra o agua contaminadas con heces de gato y ooquistes.
- Los niños pueden infectarse al jugar en areneros que los gatos han usado como cajas para sus necesidades.
- Las personas y los animales que se infectan por primera vez durante el embarazo pueden transmitir el parásito a sus fetos a través de la placenta.
- Las personas que manipulan arena para gatos pueden tragar accidentalmente ooquistes si su gato se ha infectado recientemente.
- En raras ocasiones, las personas pueden contraer el parásito a través de transfusiones sanguíneas o trasplantes de órganos.

Puede ayudar a protegerse a sí mismo, a su gato y a otras personas informándose sobre cómo se transmite la toxoplasmosis y tomando medidas simples para evitar que esto suceda.

¿CÓMO AFECTA EL TOXOPLASMA A LOS GATOS?

Entre el 15 % y el 40 % de los gatos en los EE. UU. tienen anticuerpos contra el *Toxoplasma*, lo que significa que se infectaron con el parásito en algún momento de sus vidas. En el caso de los gatos que pueden estar al aire libre, la fuente de infección más probable son los animales de presa que contienen quistes en los tejidos. En el caso de los gatos que viven en interiores, es la carne cruda o poco cocida la que contiene estos quistes.

Los signos de infección por *Toxoplasma* dependen de una variedad de factores, como la edad del gato, el estado inmunológico y la etapa de la infección. La mayoría de los gatos adultos infectados parecen saludables. Sin embargo, los gatitos y algunos gatos pueden desarrollar la enfermedad, con signos como los siguientes:

- Fiebre.
- Letargo.
- Pérdida de apetito.
- Diarrea o vómitos.
- Tos o dificultad para respirar/neumonía.
- Cambios de personalidad.
- Problemas neurológicos, como convulsiones, falta de coordinación o temblores.
- Problemas oculares.

En el caso de los gatos no natos o recién nacidos infectados por medio de sus madres, las consecuencias suelen ser graves, con efectos como los siguientes:

- Aborto o muerte fetal.
- Defectos neurológicos graves, incluido daño cerebral.
- Daños oculares, incluida la discapacidad visual.
- Crecimiento deficiente y retrasos en el desarrollo.

¿CÓMO AFECTA EL TOXOPLASMA A LAS PERSONAS?

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) de EE. UU. estiman que más de 40 millones de personas en EE. UU. están infectadas con *Toxoplasma*. Esta infección puede persistir toda la vida.

Si bien la mayoría de las personas ni siquiera saben que están infectadas debido a la falta de síntomas, algunas mujeres embarazadas y muchas personas inmunodeprimidas corren el riesgo de sufrir complicaciones graves.

Las mujeres infectadas antes del embarazo generalmente tendrán protección inmunológica (anticuerpos) contra el parásito y no se considera que corran riesgo de enfermarse o de transmitir la infección a su hijo por nacer. La situación es diferente para las mujeres que se infectan por primera vez durante el embarazo. En estos casos, la infección puede



Es más probable que se infecte con *Toxoplasma* a través de carne poco cocida o del medioambiente que a través de su gato.

provocar complicaciones que afectan principalmente al feto en desarrollo, como aborto espontáneo, muerte fetal o defectos de nacimiento similares a los descritos para los fetos felinos y los gatitos recién nacidos. Estas complicaciones tienden a ser más graves si la madre se infecta durante el primer trimestre, en vez de más adelante. Aunque la mayoría de los bebés infectados no muestran síntomas al nacer, es probable que muchos tengan síntomas más adelante en la vida.

Las personas inmunodeprimidas, como aquellas con VIH o que reciben alguna quimioterapia, pueden sufrir una enfermedad grave, independientemente de cuándo se infectaron por primera vez. Los síntomas pueden incluir fiebre, confusión, dolor de cabeza, convulsiones, náuseas y mala de coordinación.

La buena noticia es que indudablemente es posible que estos grupos de mayor riesgo tengan gatos y disfruten de los numerosos beneficios que estos brindan, sin necesidad de renunciar a ellos. De hecho, es poco probable que el simple hecho de tocar gatos provoque una infección. Si está embarazada o inmunodeprimida, asegúrese de consultar cualquier inquietud con su proveedor de atención médica y su veterinario y de seguir los consejos para prevenir la infección.