

# LISTERIOSI E GRAVIDANZA

## Che cos'è la Listeria

*Listeria monocytogenes* è un batterio ubiquitario, ovvero diffuso ovunque nell'ambiente. È possibile trovarlo nel suolo e nell'acqua, e può arrivare a contaminare gli alimenti.

Se viene ingerito può causare la listeriosi, una malattia relativamente rara ma che può avere conseguenze gravi. Può portare a ospedalizzazione e mortalità nelle fasce di popolazione più sensibili. I sintomi sono vari e dipendono dai soggetti colpiti. Negli adulti con sistema immunitario compromesso e negli anziani può provocare meningiti, encefaliti e gravi setticemie. Nelle donne in gravidanza di solito si manifesta con una sindrome simil-influenzale, febbre e altri sintomi non specifici come affaticamento e dolori vari. L'infezione può però avere serie conseguenze sul feto causando listeriosi congenita, parto prematuro, aborto o morte fetale.

## Come può avvenire l'infezione

La Listeria infetta l'uomo principalmente per via alimentare, in seguito all'ingestione di alimenti contaminati in cui il batterio si è moltiplicato fino a raggiungere una carica infettante tale da scatenare la malattia.

La probabilità di contrarre l'infezione dagli alimenti è 17 volte maggiore per le donne in gravidanza e i soggetti con indebolimento delle difese immunitarie.

Nei casi in cui si sviluppa la malattia invasiva, l'incubazione media è di 3 settimane (ma può prolungarsi fino a 70 giorni). Se si sviluppa la sintomatologia gastroenterica l'incubazione va da 9 a 32 ore.

Sono molto rari invece i casi in cui l'uomo contrae la malattia manipolando animali infetti; rarissimi i casi di malattia contratta in ambito ospedaliero per passaggio dell'infezione da persone ammalate a persone sane.

## Diffusione

Fra le malattie a trasmissione alimentare la listeriosi ha la più alta percentuale di ospedalizzazione (97,4%) e di letalità (17,7%), prevalentemente tra i soggetti anziani.

Le fasce di popolazione che presentano l'incidenza di ricoveri più elevata sono i bambini con età inferiore ad 1 anno seguita dagli anziani con oltre 65 anni d'età.

Circa il 10-20% dei casi clinici sono forme che interessano le donne in gravidanza o i neonati. Nel 15-25% dei casi questa infezione provoca l'aborto spontaneo o la morte del feto in utero, nel restante dei casi la gravidanza giunge al termine ma il neonato è affetto da listeriosi congenita.

Nel 5% dei casi è possibile si verifichi batteriemia nella madre senza che vi sia il coinvolgimento del feto.

## A quali alimenti fare attenzione

Gli alimenti che sono più spesso implicati in casi di listeriosi sono:

- le carni crude o poco cotte, prodotti a base di carne in generale, in particolar modo i salumi freschi o poco stagionati, ma anche paté e simili non inscatolati, oppure piatti con carni fredde pronti per il consumo;
- i prodotti di gastronomia contenenti uova crude come maionese, insalata russa e tramezzini;

- verdure crude o sottoposte a blandi trattamenti di conservazione, in particolar modo i funghi freschi, la lattuga e le insalate preconfezionate;
- il latte crudo e i prodotti o i formaggi da esso derivati, soprattutto quelli a pasta molle, il burro e quelli a media stagionatura;
- i prodotti ittici, soprattutto quelli leggermente salati e affumicati come il salmone e la trota affumicati;
- tutti gli alimenti cotti e pronti per il consumo conservati a lungo a temperature non corrette dopo la cottura.

Purtroppo non è possibile riconoscere gli alimenti contaminati da microrganismi patogeni: gli alimenti inquinati non presentano infatti alterazioni di colore, odore, aspetto o sapore. Ci sono tuttavia buone pratiche da adottare per ridurre il rischio di contaminazione da patogeni pericolosi per la gravidanza come la listeriosi e la toxoplasmosi.