

Toxoplasmosis.

Si hay un momento en la vida en que se reciben más consejos de amigos, y hasta de desconocidos, es durante el embarazo. Los comentarios sobre los gatos pueden ser variados, alarmantes y tremendistas, estando la mayoría de ellos hechos por gente poco o mal informada. No hay motivo para la preocupación, los gatos, el embarazo y los niños son perfectamente compatibles.

EMBARAZO

Las futuras madres suelen estar muy preocupadas por la salud de su bebé y a veces parecen encontrar posibles peligros para él por doquier. La gente suele advertirles del alto riesgo que corren al convivir con un gato que pueda contagiarles la toxoplasmosis. Tranquila, futura mamá: veamos cuál es la verdad y cuál la ficción.

La toxoplasmosis es una infección causada por un parásito llamado *Toxoplasma gondii*; si una mujer se infecta durante el embarazo (especialmente durante el primer trimestre) puede haber problemas con el bebé. Los gatos con acceso al exterior que cazan e ingieren animales como ratones, pájaros o cucarachas, podrían ser portadores de la enfermedad; no obstante, el parásito sólo se encontraría en las heces del gato y usted tendría que ingerir el parásito para infectarse.

Los gatos no son el mayor factor de riesgo de contagio de toxoplasmosis, de hecho, la carne poco cocinada o cruda – incluidos el jamón, chorizo, salchichón, etc.- y las verduras insuficientemente lavadas y desinfectadas suponen un riesgo muchísimo mayor. Para evitar todo riesgo, siga estos simples consejos:

- no alimentar al gato con carnes crudas o poco cocinadas
- el embarazo no es el mejor momento para adoptar gatitos abandonados
- Limpiar diariamente la bandeja del gato. Si está usted embarazada, póngase guantes o deje que otra persona se encargue de ello.
- Seguir normas elementales de higiene, como impedir que el gato suba a la encimera de la cocina o la mesa y lavarse las manos con regularidad.
- Ponerse guantes para trabajar con plantas o tierra.
- Lavar cuidadosamente las verduras.
- Lavarse las manos tras manipular carne cruda, y asegurarse de cocinarla durante el tiempo suficiente.
- no consumir embutidos durante el embarazo

Los problemas de contagio son rarísimos y muy fáciles de evitar siguiendo normas elementales de higiene.

También es importante asegurarse de que su gato no tiene lombrices intestinales (*Toxocara* y *Toxascaris*); es tan simple como seguir las pautas regulares de desparasitación que su veterinario le indique y mantener normas básicas de higiene. El gato será tan peligroso para su futuro bebé como usted misma.

Fuente: GEMFE. Grupo de Especialidad de Medicina Felina de AVEPA
<http://www.isfm-national-partners.net/gemfe/articulos.html>