

## DOCTOR, ESTOY EMBARAZADA...¿DEBO DESHACERME DEL GATO?

Cuando llega la esperada noticia...¡Estoy embarazada!! De repente el gato se convierte en la fuente de todos los males. El médico da la señal de alarma y el pobre animalito ve temblar su supervivencia en el hogar. Pero, ¿es realmente tan grave la toxoplasmosis?, ¿Es habitual contagiarse con nuestro gato?, ¿Cuál es el modo de contagio? Todas estas preguntas se las hacen las embarazadas y hoy vamos a tratar de esclarecerlas.

### ¿Qué es la Toxoplasmosis?

El toxoplasma es un protozoo, es decir, un animal unicelular microscópico y parásito que se encuentra en la carne cruda y en las verduras mal lavadas. Este parásito se reproduce en el intestino del gato que lo ha ingerido, liberando luego oocistos(huevos de toxoplasma) a través de las heces al ambiente, que, a las 24 horas, se hacen infectivos para el ser humano.

### ¿Qué síntomas provoca?

En el gato la toxoplasmosis solo provoca una leve diarrea al igual que en el ser humano, a no ser que el individuo esté inmunodeprimido como puede ser en el caso de enfermos o embarazadas donde los quistes se acantonan en músculo, nervios o placenta pudiendo infectar al feto y provocarle malformaciones o incluso la muerte.

Cuando una embarazada va al médico y le dicen que es positiva Toxoplasmosis significa que ya se ha infectado alguna vez con este parásito y tiene anticuerpos frente a él por lo que una nueva infección no afectaría a su embarazo ya que su sistema inmune está preparado para combatirlo. El problema lo presentan las embarazadas que nunca han sido infectadas ya que si se contagiasen durante el embarazo el feto podría salir perjudicado.

### ¿Cómo prevenir el contagio de la Toxoplasmosis?

Para empezar, no es necesario echar al gato de casa, si nuestro gato no tiene acceso al exterior es exclusivamente casero y se lo desparasita habitualmente es imposible que pueda transmitirnos la toxoplasmosis dado que ellos se contagian por la ingestión de carne cruda de pajarillo o roedores.

Si nuestro gato si ha tenido acceso al exterior tampoco es necesario deshacernos de él. Basta con desparasitarlo y evitar las salidas al exterior.

Los gatos contagiados por Toxoplasma solo liberan oocistos durante un par de semanas, luego son inofensivos y, además, tardan 24 horas en ser infectivos para el ser humano desde el momento en que son expulsados en las heces.

**Por lo tanto, para que una embarazada se contagiase de toxoplasmosis por su gato debería: manipular las heces del felino(con acceso a la calle y sin desparasitar) un día después de que las hubiese defecado, y llevarse las manos a la boca sin habérselas lavado previamente.**

Vamos, que cualquier persona con un mínimo de cuidado en su higiene personal se da cuenta de que esta situación es poco probable. De hecho los contagios suelen producirse normalmente por la ingestión de verduras mal lavadas o de carne poco hecha.

Ahí van una serie de consejos para que las embarazadas prevengan el contagio:

- No comer verdura mal lavada, tener especial cuidado con la que proviene de huertas caseras ya que es más fácil que hayan entrado gatos callejeros e infectado las plantas.
- No comer carne cruda, debe estar bien pasadita y recordar que el microondas o la congelación no inactivan los oocistos.

- Evitar que nuestro gato acceda al exterior, durante el embarazo debe permanecer en casa y ser desparasitado correctamente. De este modo es imposible que se contagie por él.
- Una correcta higiene de la bandeja del animal, en este caso la bandeja se debe vaciar y limpiar correctamente todos los días, mejor que lo haga el marido para que la embarazada no manipule las heces y debe lavarse las manos a fondo después.
- Lavarse las manos después de tocar al gato, los gatos infectados casi nunca portan oocistos en el pelo y las posibilidades de que esto ocurra siguiendo las indicaciones anteriores son remotas por no decir que ninguna pero, como toda precaución es poca cuando se trata de un bebe, conviene lavarse las manos después de tocar al gato, sobre todo si vamos a manipular alimentos.

Espero haber aclarado muchas dudas y que la reacción de las mujeres frente a su embarazo sea exclusivamente de alegría, no de preocupación por qué hacer con el gato.