

Especialista explica cómo detectar listeria y evitar complicaciones

Asegurar la inocuidad alimentaria es fundamental para controlar el origen de las materias primas, monitorear cada etapa del procesamiento de alimentos y prevenir riesgos.

"Por otro lado, aunque la frecuencia de presencia de listeria es baja, el impacto perjudicial en las personas es alto. Por ello, a nivel de la autoridad sanitaria existen programas de vigilancia epidemiológica para este agente. Así, su detección se realiza mediante análisis microbiológicos tanto en superficies como en alimentos, ya sea por parte de la industria alimentaria como de la autoridad sanitaria", agregó.

SÍNTOMAS

Los signos y síntomas de la infección por listeria varían según la persona infectada y la parte del organismo afectada. El especialista destacó que "esta bacteria tiene más probabilidades de enfermar a personas embarazadas y sus recién nacidos, así como a adultos de 65 años o más y a quienes tienen un sistema inmunitario debilitado".

"Los casos más graves ocurren cuando se produce una infección invasiva, es decir, cuando la bacteria infecta más allá del intestino. Los síntomas más habituales incluyen fiebre, síntomas similares a los de la influenza (como dolor muscular y fatiga), dolor de cabeza, diarrea y vómitos. Estos síntomas pueden aparecer entre una y cuatro semanas después de haber consumido alimentos contaminados", añadió.

Para evitar complicaciones más graves, Buhning indicó que "no estamos exentos de sufrir esta infección. Es importante considerar que, en muchos casos, las personas que no pertenecen a los grupos de riesgo suelen experimentar cuadros clínicos menos graves o incluso no presentar síntomas, a pesar de haber consumido alimentos posiblemente contaminados".

Si se presentan síntomas y se sospecha que podrían estar relacionados con el consumo de alimentos contaminados con listeria, el especialista aconsejó que "ante estos casos, es necesario solicitar atención de salud. Esto es especialmente relevante para las personas que pertenecen al grupo de riesgo, en cuyo caso la consulta a profesionales de la salud es obligatoria".

Si se presentan síntomas y se sospecha que podrían estar relacionados con el consumo de alimentos contaminados con listeria, el especialista aconsejó que "ante estos casos, es necesario solicitar atención de salud. Esto es especialmente relevante para las personas que pertenecen al grupo de riesgo, en cuyo caso la consulta a profesionales de la salud es obligatoria".

RECOMENDACIONES

La listeria se encuentra comúnmente en varios alimentos, entre los que destacan los quesos blandos como el brie y el queso fresco, así como el paté o pasta de carnes para untar. También se encuentra en pescado ahumado en frío, leche cruda (sin pasteurizar) y productos lácteos crudos. Además, las cecinas en general y las ensaladas preparadas envasadas y listas para el consumo son otros alimentos asociados con esta bacteria.

Para mejorar la seguridad alimentaria y prevenir la listeria, el nutricionista afirmó que "la industria alimentaria ha implementado sistemas de aseguramiento de la inocuidad que incluyen procedimientos estrictos de limpieza y sanitización de superficies, control del origen de las materias primas y vigilancia en cada etapa del procesamiento de alimentos. De igual forma, el estado monitorea continuamente la posible presencia de listeria a través del análisis de alimentos de riesgo".

"Si se detecta un caso positivo, se alerta a la población a través de diversos medios sobre los alimentos



(marcas) involucrados, por lo que es recomendable estar atentos a estas publicaciones. Una medida importante es asegurarse de comprar alimentos con un origen conocido, es decir, productos debidamente

envasados, que cuenten con resolución sanitaria y que se comercializan en locales autorizados. A nivel doméstico, y especialmente para la población de riesgo, es crucial conocer cuáles son los alimentos más

riesgosos y limitar o excluir de la dieta estos productos. Además, se debe complementar con una adecuada cocción de los alimentos, refrigeración y manipulación segura en el hogar", cerró el académico.

El Ministerio de Salud emitió una alerta alimentaria debido a la presencia de la bacteria *Listeria* monocitógena, causante de la enfermedad conocida como listeriosis, en cuatro alimentos comercializados en el país.

Rodrigo Buhning, director de la Escuela de Pregrado de la Facultad de Medicina UCSC, explicó que "esta bacteria puede crecer a temperaturas de refrigeración y se caracteriza por adherirse fuertemente a superficies como mesones y equipos de procesamiento de alimentos, mediante estructuras protectoras conocidas como biopelículas. Es de origen animal y contamina alimentos a través de la contaminación cruzada directa (contacto con alimentos contaminados), y causa una infección conocida como listeriosis, que se produce al consumir alimentos contaminados".

Esta bacteria tiene la particularidad de desarrollarse incluso en ambientes limpios, abunda en zonas húmedas y es muy resistente a diversos tipos de desinfectantes. El nutricionista señaló que "dada su relevancia, las empresas extreman las medidas preventivas para evitar la contaminación, controlando el origen de las materias primas y aplicando estrictos procedimientos de limpieza y sanitización en las plantas de procesamiento".

La listeria se encuentra en varios alimentos, entre los que destacan los quesos blandos como el brie y el queso fresco, así como en paté o pasta de carnes para untar. También se encuentra en pescado ahumado en frío, leche cruda (sin pasteurizar) y productos lácteos crudos