

**Dipartimento di Scienze Pediatriche**  
**Unità Operativa di Malattie Infettive**

Centro Regionale Toxoplasmosi ed Infezioni in Gravidanza

Telefono 01056362260 - Fax 010384323

Funzionario Referente Dott. Emilio Cristina - Dott. Elio Castagnola

**Norme igienico alimentari per la gestante recettiva alla Toxoplasmosi**

- Cuocere sempre molto bene la carne prima del consumo; le carni affumicate e congelate non sono considerate sicure
- Evitare il consumo di carne cruda o poco cotta, salumi crudi, frutti mare crudi, latte non pastorizzato, uova crude
- Evitare di bere acqua non potabile specie in paesi in via di sviluppo
- Lavare accuratamente frutta e verdure prima del consumo
- Lavare sempre le mani prima di mangiare e dopo aver toccato carne cruda, frutta e verdure non lavate, terra o altri materiali potenzialmente contaminati con le feci del gatto
- Pulire accuratamente le superfici della cucina e gli utensili venuti a contatto con carne cruda, frutta e verdure non lavate
- Usare sempre guanti di gomma in tutte le attività che possono comportare il contatto con materiali potenzialmente contaminati con le feci del gatto (giardinaggio, orticoltura, pulizia lettiera del gatto, ecc.)
- Evitare il contatto con il gatto e soprattutto con le sue feci. In caso di presenza di un gatto in casa adottare le seguenti precauzioni: alimentare l'animale con cibi cotti o in scatola evitando che esca di casa; i gatti domestici devono ricevere alimenti commerciali e non devono nutrirsi di carni crude o poco cotte, né di roditori selvatici; affidare ad altri la pulizia della sua cassetta, facendo sostituire frequentemente (meglio se quotidianamente) la lettiera e igienizzando il contenitore per almeno 5' con acqua bollente
- Evitare viaggi al di fuori dell'Europa e del Nord America
- Eliminare dalla propria abitazione veicoli animali (mosche, scarafaggi, ecc.)

Tratto da: Red Book 2009 (American Academy of Pediatrics)  
Percorsi diagnostico-assistenziali in Ostetricia-Ginecologia e Neonatologia (AMCLI-SRO-SIMaST-SIMIT-SIP)