

dos y semiblandos, y productos cárnicos envasados y tratados con calor. Para la elaboración del informe, la EFSA recogió los datos de prevalencia de cada Estado miembro con el fin de elaborar modelos predictivos que aseguren el correcto cumplimiento de los criterios mínimos de seguridad alimentaria, y el control del crecimiento bacteriano bajo diferentes condiciones de almacenaje.



EVITAR SU PRESENCIA EN ALIMENTOS

Los alimentos listos para consumir son los más relacionados con los brotes de listeria, ya sean de origen animal o vegetal: quesos blandos, patés, pescados ahumados o embutidos crudos y curados. Para evitar esta presencia indeseada, una de las medidas más importantes es disponer de una materia prima con una buena calidad microbiológica inicial, y sobre todo, que el proceso de elaboración se lleve a cabo bajo las más estrictas condiciones de higiene, ya que someter el alimento a una atmósfera modificada o a bajas temperaturas no detiene el creci-

miento de listeria.

En productos fermentados y curados, la bacteria puede sobrevivir a la fermentación y crecer una vez finalizado el proceso, siempre y cuando esté en concentraciones altas en la materia prima. De ahí que la calidad bacteriológica de ésta, sea uno de los parámetros fundamentales para evitar la listeria. En el caso de alimentos sometidos a tratamiento térmico, la listeria sobrevive en escasas ocasiones, pero puede detectarse en las etapas posteriores de elaboración, si no se llevan a cabo las medidas higiénicas necesarias. Cualquier alimento, por tanto, es susceptible a la contaminación en alguna de sus etapas de elaboración.

En humanos, esta bacteria está considerada como un patógeno oportunista que afecta, sobre todo, a personas con alguna enfermedad de base o en unos estados de inmunodeficiencia, además de mujeres embarazadas, recién nacidos o ancianos. En el resto de la población, la infección rara vez conlleva enfermedad.

EL PAPEL DE LA TEMPERATURA

L. monocytogenes puede crecer en ambientes sin oxígeno o con una pequeña cantidad. Sin embargo, no puede vivir en concentraciones elevadas de CO₂ y, en escasas ocasiones, en ambientes con temperaturas muy bajas, aunque soporta bien la refrigeración. Puede crecer a una temperatura de 0°C, aunque de manera más lenta, y también en alimentos con pH neutro y con un elevado contenido de nutrientes.

Se han detectado brotes en alimentos congelados a -18°C, como pescado y marisco envasados al vacío.

No obstante, el número de colonias de listeria decrece a partir de los tres meses de conservación en estas condiciones. Por su capacidad para soportar bien las altas temperaturas, la bacteria es resistente a los tratamientos de calor que están al límite de la pasteurización, a temperaturas entre 75°C y 85°C. Esta resistencia al calor aumenta en condiciones favorables de pH, en condiciones favorables de actividad de agua, y si las bacterias han crecido a temperatura ambiente antes del tratamiento. Si por el contrario han crecido en condiciones de frío, la posterior resistencia al calor disminuye.

LISTERIOSIS Y EMBARAZO

La contaminación por listeria durante el embarazo puede ser un grave problema tanto para la madre como para el feto. Las mujeres embarazadas sufren un grupo de alto riesgo porque son más susceptibles a contaminarse que el resto de la población.

La enfermedad se diagnostica con un análisis en sangre, placenta o en líquido amniótico. No se debe descartar la posibilidad de contagio, ya que los síntomas en la madre pueden confundirse con una gripe y, en la mayoría de los casos, no se realizan analíticas para determinar la detección de listeria. De este modo, el riesgo principal recae en la salud del bebé. A menudo, la enfermedad se diagnostica una vez interrumpido el embarazo.

El único tratamiento para combatir la listeria son los antibióticos, que serán más eficaces cuanto menos avanzado sea el estado de gestación. Sin embargo, el mejor remedio es la prevención.

Para combatir la contaminación se debe evitar el consumo de leche o quesos blandos no pasteurizados, huevos crudos o carnes poco cocidas. Lavar las frutas y verduras, así como las manos, antes y después de cada comida o de la manipulación de alimentos.

