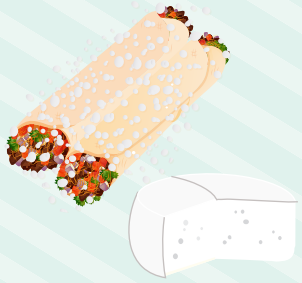
Revise el queso, evite la *Listeria*



Los quesos blandos a veces contienen *Listeria* (un germen raro pero mortal).

Las infecciones por *Listeria* en las mujeres embarazadas pueden producir aborto espontáneo (malparto), muerte fetal o muerte del recién nacido.

24 veces

Las mujeres embarazadas hispanas tienen una probabilidad aproximadamente 24 veces mayor que la población en general de contraer la infección por ***Listeria***.

Reduzca su riesgo durante el embarazo para proteger a su bebé

- ☑ Solamente compre los quesos blandos que digan "pasteurizado" en la etiqueta.
- ☑ Evite los quesos blandos hechos con leche que no sea pasteurizada.
- ☑ Tenga en cuenta que algunos quesos blandos producidos en lugares con poca higiene han causado infecciones por *Listeria*.

Los tipos de quesos blandos incluyen queso fresco, queso blanco, queso cotija, queso panela, queso ranchero y cuajada en terrón.

Visite www.cdc.gov/spanish/listeria y hable con su médico para obtener más información.

CS259764-C

U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention