

Revise el queso, evite la *Listeria*



Los quesos blandos a veces contienen *Listeria* (un germe 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. 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.



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