



Mantenga seguro a
su bebé por nacer



*No consuma quesos elaborados
con leche sin pasteurizar*



U.S. Food and Drug
Administration



U.S. Department of Health
and Human Services

www.cfsan.fda.gov

Muchas mujeres no toman conciencia de que están poniendo en riesgo a su bebé por nacer. Si consume quesos blandos estilo mexicano elaborados con leche sin pasteurizar mientras está embarazada, ¡puede dañar a su bebé!

¿Qué significa “sin pasteurizar”?

- La leche pasteurizada se calienta en una planta de procesamiento para **eliminar las bacterias**.
- La leche no pasteurizada (cruda) puede contener bacterias peligrosas que pueden dañar o matar a su bebé por nacer, **¡aun cuando usted no se sienta enferma!**

¡Algunos quesos pueden dañar a su bebé por nacer!

Los quesos elaborados con leche cruda o “sin pasteurizar” pueden contener bacterias que podrían enfermar a su bebé, aun antes de nacer.

- El “Queso Fresco” es un **queso blando estilo mexicano** que a veces se elabora con leche sin pasteurizar. **Hay muchos tipos de quesos** que se fabrican al estilo del “Queso Fresco”. Estos incluyen Queso Fresco, Panela, Asadero y Queso Blanco.
- Estos quesos sin pasteurizar a menudo se venden **de puerta en puerta**, son ofrecidos por **vendedores callejeros sin licencia**, o son traídos a los EE.UU. desde México o América Latina.
- **Antes de consumir alguno de estos quesos blandos estilo mexicano**, verifique la etiqueta y asegúrese de que indique “Elaborado con leche pasteurizada”. Si no es así, **no lo coma**.



Consumir quesos elaborados con leche sin pasteurizar puede provocar listeriosis y otras enfermedades

- La *listeria* es una bacteria que provoca una enfermedad llamada **listeriosis**. Puede causar defectos de nacimiento y otros problemas graves, incluida la muerte de su bebé.
- Otras enfermedades provocadas por el queso elaborado con leche sin pasteurizar incluyen
 - tuberculosis
 - salmonelosis
 - brucelosis
- Síntomas de la listeriosis pueden incluir:
 - fiebre
 - escalofríos
 - dolores musculares
 - dolor de estómago
 - mareos y/o diarrea



O, ¡puede que no exista ninguna clase de síntomas!

Si está preocupada por haber consumido queso contaminado estando embarazada:

- Llame a su médico o clínica de inmediato
- Es posible que su médico le recete antibióticos que son seguros para tomar durante el embarazo