



## La doble amenaza del anisakis: por parasitación y por reacciones anafilácticas

15-03-2015

**El anisakis es un parásito presente en muchos pescados y moluscos que, además de originar parasitación en los seres humanos, también es capaz de originar reacciones anafilácticas. El congelado rápido a una temperatura inferior a -20 °C (durante al menos 48 horas), y la cocción a temperaturas superiores a 60°C (durante al menos dos minutos), son las medidas más eficaces para evitar la parasitación en humanos.**

El anisakis es un parásito presente en el tracto digestivo y vísceras de numerosas especies de pescado y moluscos, siendo el hombre un huésped accidental al ingerir la larva de este parásito con el consumo de dichos alimentos crudos o poco cocinados.

Anisakis parasita a cientos de especies de pescados marinos, y se considera que de las consumidas en España, algunas de ellas están parasitadas en un 40%. Entre las especies de pescado que con mayor frecuencia pueden contener en su tubo digestivo este parásito se encuentran: la sardina, el bacalao, el boquerón, el arenque, el salmón, el abadejo, la merluza, la pescadilla, la caballa, el bonito, el jurel o el rape.

Es importante destacar que el anisakis no está presente en el pescado de río, ya que este parásito necesita también de los mamíferos marinos para completar su ciclo biológico.

Actualmente la anisakiasis representa un problema de Salud Pública, con una incidencia creciente en los últimos años, debido a los cambios en los hábitos de consumo: aumento del consumo de pescado crudo (*sushi*, *sashimi*), a lo que se añaden las salazones, semiconservas, marinados, y preparados en vinagre entre otros, procesos que no aseguran la eliminación de este parásito.

En un estudio publicado por el FROM en 2011, sólo el 62% de los consumidores conocían qué es la anisakiasis, siendo el desconocimiento por parte de los profesionales de hostelería del 13%.

**Parasitación y alergias**

El gusano anisakis, además de originar una parasitación en los seres humanos, también es capaz de originar reacciones anafilácticas y otros tipos de reacciones alérgicas. La alergia a Anisakis es una reacción adversa de tipo inmunológico producida por la ingestión de pescado (de especie marina) que esté parasitado por Anisakis, y cuya presencia puede ser apreciada a simple vista. Tienen forma de gusano (son vermiformes) y si se desenroscan pueden llegar a medir más de 2 cm.

Además de la alergia a ciertas proteínas de este parásito, el anisakis puede producir daños en cualquier individuo por afectación de la mucosa gastrointestinal y suele manifestarse con problemas digestivos (anisakiasis). Estos problemas, a diferencia de la alergia, pueden evitarse congelando el pescado como medida preventiva para inactivar al parásito.

Los síntomas en el caso de alergia, van desde la urticaria y angiodema (lo más frecuente) al shock anafiláctico. Suelen aparecer varias horas después de la ingesta del pescado contaminado. También pueden darse cuadros mixtos, llamados gastro-alérgicos con síntomas del aparato digestivo (vómitos, dolor abdominal) combinados con síntomas alérgicos.

En 1995 se describió en España el primer caso de alergia grave a Anisakis, y desde entonces se han descrito centenares de casos de alergia al parásito Anisakis simplex, habiéndose convertido en un antígeno más a incluir en las baterías habituales de pruebas para el estudio de la alergia alimentaria.

Existen numerosos estudios e información sobre la resistencia de las larvas de anisakis frente a tratamientos físicos y químicos, ejemplos de ello son: resistencia durante 50 días en congelación a -2°C, y resistencia durante dos meses en vinagre.

### Medidas preventivas

A pesar de que se han intentado varias estrategias para inactivar las larvas antes de su consumo, el congelado rápido a una temperatura inferior a -20 °C, durante al menos 48 horas y la cocción a temperaturas superiores a 60°C, durante al menos dos minutos (en el interior de la pieza de pescado), parecen seguir siendo las medidas más eficaces para evitar la parasitación en humanos.

Aun así, estas técnicas no son eficaces para evitar la alergia en el 100% de los casos, ya que existen personas alérgicas también a las larvas congeladas, concretamente a las proteínas termoestables del parásito. En la elaboración de dietas y menús para estos casos el pescado marino está totalmente descartado, pudiéndose utilizar especies de río, como la trucha.

Otras medidas preventivas a adoptar son: evitar la ventresca y los pescados pequeños enteros, así como emplear como materia prima la parte de la cola (las larvas suelen estar en las vísceras), y el pescado ultra congelado en alta mar, ya que se eviscera precozmente.

En los establecimientos de restauración y catering la normativa española, concretamente el RD 1420/2006, establece la obligatoriedad para los establecimientos que sirven comida, de someter a todos los pescados que se vayan a servir en crudo o casi crudos a un ciclo de congelación de al menos 24h a una temperatura igual o inferior a -20°C. Esto incluye a los productos de la pesca sometidos a procesos de ahumado en frío en el que la temperatura central del producto no haya sobrepasado los 60°C, y a los productos de la pesca en escabeche o salados, cuando este proceso no baste para destruir las larvas. Además lo deberán indicar en la carta-menú.

La industria alimentaria tampoco escapa a las exigencias de la ley. El RD 1437/1992 establece que son los barcos factoría y las industrias dedicadas a la elaboración y preparación de los productos de la pesca los responsables de realizar el control visual para detectar los posibles parásitos visibles y desecharlos.



**Félix Martín** es licenciado en veterinaria y experto en gestión de la calidad. Impulsor de [FormainnovaBio](#), una plataforma para desarrollar propuestas formativas de interés para el sector de la restauración colectiva y autor de '[El libro negro de la seguridad alimentaria](#)', editado por RCBooks. @: [felmargar@gmail.com](mailto:felmargar@gmail.com). ([Todos los artículos](#)).