

ella
hoy

Portada

Moda

Belleza

Salud

Dietas

Pareja

Famosos

Bebés

Bodas

Ocio

Fotos

Videos



Gwyneth Paltrow: vestidas a juego en el aeropuerto de LA [FOTOS]



Princesa Letizia: Albert Castellón habla de ella en una publicación



David Bisbal disfruta con Ella descansando en Almería [FOTOS]

Anisakis: Detectan un aumento de las intoxicaciones

Martes 05/03/2013 por [Isabel](#)

[¿Dormir mejor?](#)

www.duermemejor.com

Duerme mejor por las noches y ¡levántate mejor por las mañanas!



Gestión anuncios ▶

Recibe

Inserta tu

Todas las



[Informe21](#)

Anisakis: Detectan un aumento de las intoxicaciones. De hecho, según la **Fundación Española de Aparato Digestivo**, FEAD, España lidera el ranking europeo y es el segundo país en número de intoxicaciones en el mundo, por detrás de Japón. ¿Por qué se producen tantos casos?, ¿cuáles son los **pescados** a los que hay que prestar más atención? Y, sobre todo, ¿cómo evitar una intoxicación que se manifiesta con trastornos **alérgicos** y **gastrointestinales**? Son algunas de las preguntas a

las que los expertos dan respuesta.

[Dieta Para Bajar El Colesterol](#)

www.DEUSTOsalud.com/Nutricion

Haz Tu Curso en 6 Meses y Consigue Tableta Samsung. ¡Infórmate Aquí!



Gestión anuncios ▶

Las estadísticas han activado las alarmas y la necesidad de incidir en la **prevención** y los consejos básicos ante el número de **intoxicaciones por anisakis** registradas en nuestro país. ¿A qué se debe? Los especialistas de la Fundación Española de Aparato Digestivo apuntan al elevado grado de **parasitación** de las **especies** o pescados de consumo más habitual. El anisakis, en concreto, es un **parásito** del intestino de diversas especies marinas y que mide aproximadamente unos 20 ó 30 milímetros. Se transmite a nuestro **organismo** a través de la ingesta de pescado o cefalópodos contaminados por este parásito. Los **síntomas** más comunes son **cuadros alérgicos** y gastrointestinales. Entre los síntomas digestivos e intestinales los más frecuentes son las **náuseas** y el **dolor abdominal**, mientras que también es común que aparezca un intenso dolor en la zona de la boca del **estómago** a las pocas horas de ingerir el pescado contaminado. En algunos casos pueden darse cuadros obstructivos del intestino, cuando el parásito alcanza a esta parte del organismo pudiendo tener sus consecuencias y llegando a requerir, en los casos más graves, una cirugía del abdomen.

Como subrayan los especialistas no estamos ante un trastorno menor, sino todo lo contrario. Es un trastorno al que debemos prestar atención, sobre todo si se produce una reacción alérgica (**urticarias** o shock por anafilaxia).

En lo relativo al **tratamiento**, los síntomas se pueden tratar con **protectores gástricos**, aunque en algunos casos –si aparece inflamación– **corticoides**. En los casos en los que se produce una reacción alérgica también se puede prescribir la administración de **antihistamínicos**.

Las muestras afectadas por anisakis dependen tanto de la zona de origen como de la época del año, si bien los especialistas apuntan hacia la **merluza** y el **bonito** como los pescados que con más frecuencia están parasitados. Aunque curiosamente no son los pescados que provocan la mayoría de los episodios de anisakis, sino otras especies como la **anchoa**, la **sardina** o el **boquerón**. ¿El motivo? Se ingieren con una menor **preparación** y, en ocasiones, prácticamente **crudos**. Así, por ejemplo, estas especies se comen con mayor frecuencia con preparados de vinagre, aceites o escabechados y ahumados. Estas formas de preparación no son eficaces para combatir y matar el parásito, siendo necesario someterlo a **temperaturas extremas**. Así, lo más recomendable es cocinar este alimento a más de sesenta grados y congelarlo a 20 grados bajo cero durante, al menos, dos días. Cocinar en microondas, según los expertos, no es lo más seguro, ya que no garantiza que se pueda alcanzar la temperatura recomendada.

Un parásito que, solo durante 2012, provocó más de 20.000 casos de intoxicaciones y que también puede estar presente en el pescado de las piscifactorías.

+ Leídos



Fotos



Pies: ¿Neces plantillas?



Cistitis: Cómo combatirla [VIDEO]

Ver todos los

Encuesta:

¿Cada cuánto

- Una vez
- Cuando
- No voy
- Otros (€

Vota

Ver resulta