

# ANISAKIS.

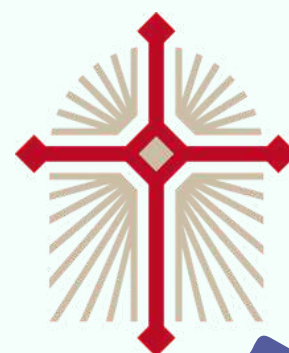
# RIESGOS & PREVENCIÓN



GOBIERNO  
de  
CANTABRIA  
CONSEJERÍA DE SALUD



HOSTELERÍA  
DE CANTABRIA  
Asociación Empresarial



AÑO JUBILAR  
LEBANIEGO  
2023·2024  
CANTABRIA


# ANISAKIS. ¿QUÉ ES?

El Anisakis es un parásito que puede encontrarse en el pescado y en los cefalópodos (calamar, pulpo, sepia,...) y provocar alteraciones digestivas (ANISAKIASIS) y reacciones alérgicas.

La Anisakiasis se produce tras la ingesta de pescado o cefalópodos parasitados por larvas de anisakis vivas si se consumen crudos o insuficientemente cocinados.



# ANISAKIS. ¿DÓNDE SE ENCUENTRA?

 **PESCADOS**, como por ejemplo: salmón, bacalao, bacaladilla, sardina, boquerón, merluza, pescadilla, bonito, caballa, abadejo, arenque, calamares, sepia, pulpo, chopitos.



 **CRUSTÁCEOS**, como por ejemplo: langosta, langostino, bogavante, gamba, camarón, nécora, centollo.





# ANISAKIS.

## SÍNTOMAS, ASPECTO Y LOCALIZACIÓN.



1. **SÍNTOMAS:** La anisakiasis puede provocar síntomas digestivos como dolor abdominal, vómitos y náuseas. El parásito anisakis también puede provocar reacciones alérgicas desde urticaria a choque anafiláctico (taquicardia, dificultad respiratoria).

2. **ASPECTO:** las larvas de estos gusanos son de forma redondeada, de aproximadamente 3 centímetros de largo y 1 milímetro de ancho, de color blanco casi transparente o de color pardo. Pueden enrollarse en forma de espiral. Cuando están vivas, las larvas se mueven.

3. **LOCALIZACIÓN:** En el tracto digestivo, cavidad abdominal y vísceras. Las larvas se trasladan al músculo cuando el pescado es capturado.

Por eso es tan importante eviscerar el pescado cuanto antes.

# ANISAKIS. PREVENCIÓN.

1. Comprar el pescado limpio y sin vísceras, o quitar las vísceras lo antes posible.

2. Si vamos a cocinarlo, la cocción, fritura, horneado o plancha son preparaciones que destruyen el parásito, siempre que se alcancen  $60^{\circ}\text{C}$  de temperatura por lo menos un minuto en toda la pieza. ¡¡¡REVISAR EL CENTRO DEL PRODUCTO!!!

3. Una vez congelado, mantenerlo a  $-20^{\circ}\text{C}$  durante 24 horas o  $-35^{\circ}\text{C}$  durante 15 horas. Como orientación en frigoríficos de tres estrellas a  $-20^{\circ}\text{C}$  al menos 5 días.

**A modo orientativo, una pieza de unos 2,5 cm de grosor, habría que cocinarla 10 minutos en total (dándole la vuelta a los 5 minutos).**

**SI NO SE VA A COCINAR,  
CONGELAR EL PESCADO**

# PARA ELABORAR:

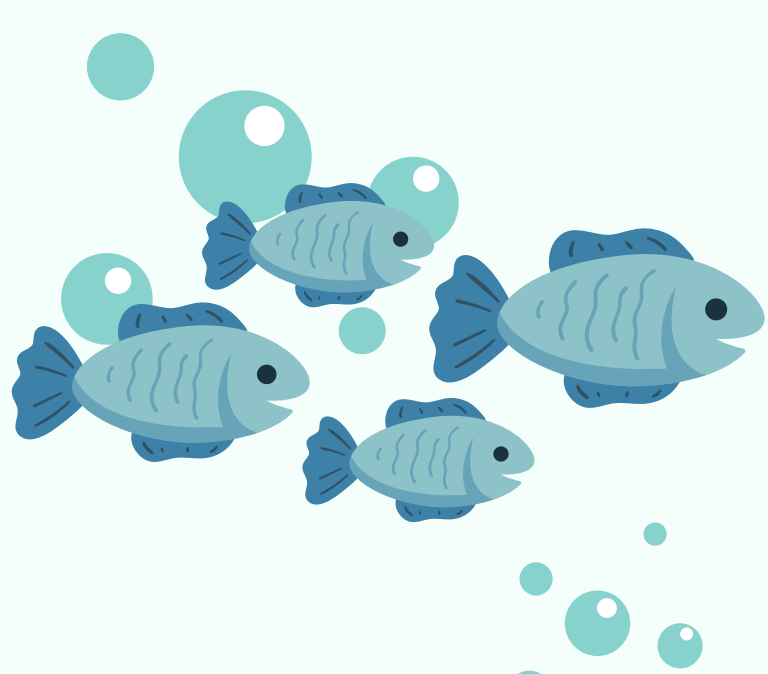
- Boquerones en vinagre y pescados en escabeche.
- Sashimi, sushi, carpaccios y otras especialidades a base de pescado crudo.
- Pescado marinado, como por ejemplo ceviche.
- Huevas de pescado crudas o prácticamente crudas.
- Arenques y otros pescados crudos preparados en salmuera
- Pescados marinos sometidos a ahumado en frío.



**¡¡EL PESCADO DEBE CONGELARSE!!**

**Si estos productos se compran elaborados, el fabricante debe informar de la congelación.**





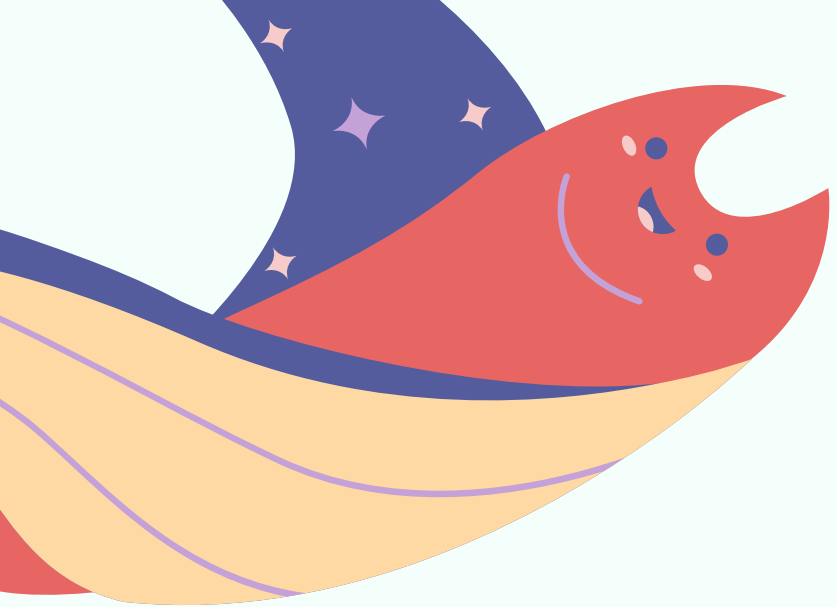
# NO ES NECESARIA LA CONGELACIÓN DE...



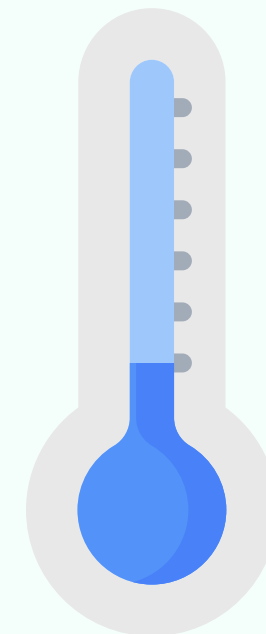
Las ostras, mejillones, almejas, coquinas y demás moluscos bivalvos.

- Los pescados de aguas continentales (ríos, lagos, pantanos...) y piscifactorías de agua dulce como, por ejemplo, las truchas o las carpas.
- Las semiconservas como las de anchoas.
- Los pescados desecados salados (el bacalao o las mojamas)





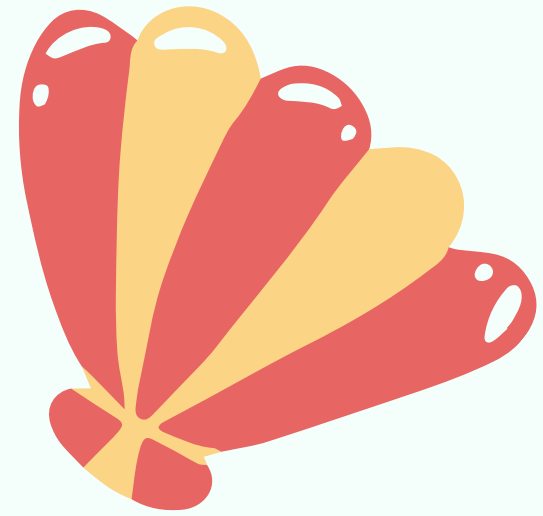
# HOSTELERÍA & RESTAURACIÓN



Los establecimientos que sirven o elaboran comida al consumidor final, deben garantizar que los productos de la pesca para consumo crudos o cocinados insuficientemente han sido previamente congelados en las condiciones establecidas por la legislación.







# HOSTELERÍA & RESTAURACIÓN



Deben poner en conocimiento de los consumidores mediante...

**CARTELES o CARTAS MENÚ**

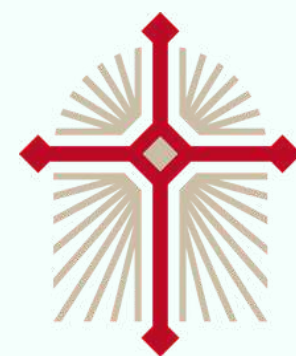
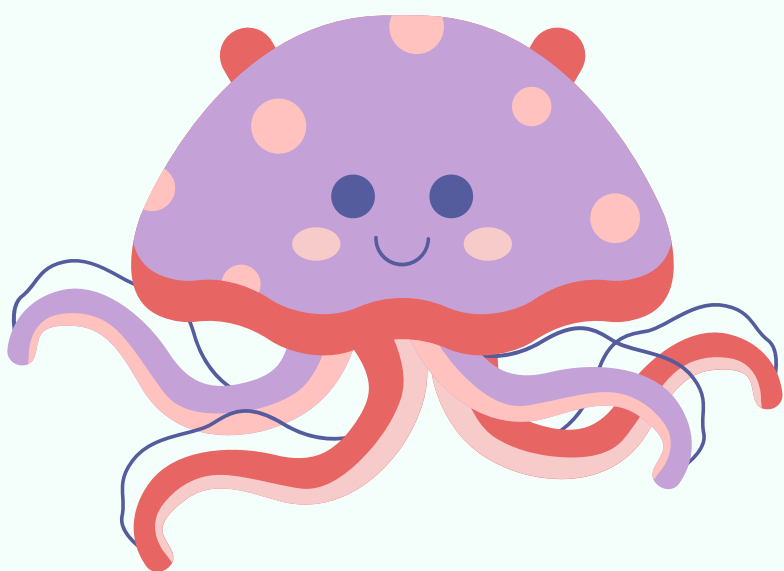


que dichos productos de la pesca han sido sometidos a congelación en los términos establecidos en la normativa o, en su caso, que proceden de sistemas de acuicultura. Si no dispone de esta información, el consumidor **la puede solicitar.**



POR LA SEGURIDAD DE  
LOS CONSUMIDORES.

GRACIAS



AÑO JUBILAR  
LEBANIEGO  
2023·2024  
CANTABRIA

