

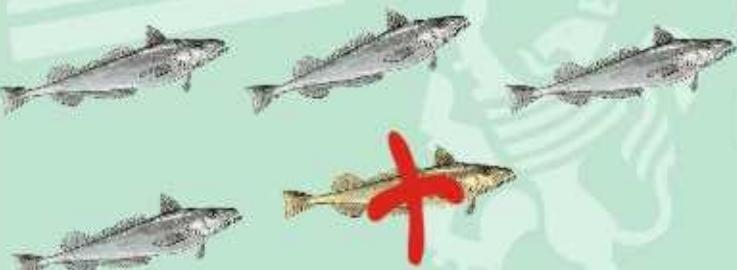
# ¿Que es la Anisakiasis?

La **Anisakiasis** es una enfermedad provocada por la ingestión de un parásito que puede encontrarse en el pescado. Sus consecuencias suelen ser alteraciones digestivas y reacciones alérgicas.

El parásito que puede encontrarse en el pescado es una fase larvaria de anisakis.

No se trata de un problema de nuestro entorno. Esta parasitación se da en todo el mundo.

Con el objetivo de garantizar la salud de los consumidores, la Junta de Castilla y León, a través de la Consejería de Sanidad, realiza programas de control Oficial e inspección del pescado.



## ¿Como nos podemos contagiar?

La **anisakiasis** se puede producir cuando ingerimos pescado crudo o poco cocinado. En condiciones normales de cocinado el parásito queda inactivado.

El vinagre empleado en la elaboración de los boquerones no es capaz de inactivarlo y el cambio de color de la musculatura del pez lo hará pasar desapercibido.

SER HUMANO  
Huésped accidental



HUEVOS

PECES MARINOS  
Y CEFALÓPODOS  
Segundo huésped intermedio  
Tercer estado larvario



CRUSTÁCEOS  
Primer huésped  
intermediario



LIBRES  
Segundo estadio  
larvario



GRANDES MAMÍFEROS MARINOS  
Huésped definitivo  
Forma adulta



## La Anisakiasis es muy facil de evitar

1 Adquiera el pescado ya eviscerado, y si no lo está, hágalo inmediatamente.

2 El correcto cocinado del pescado elimina al parásito de forma eficaz.

Las larvas de anisakis son sensibles al calor.

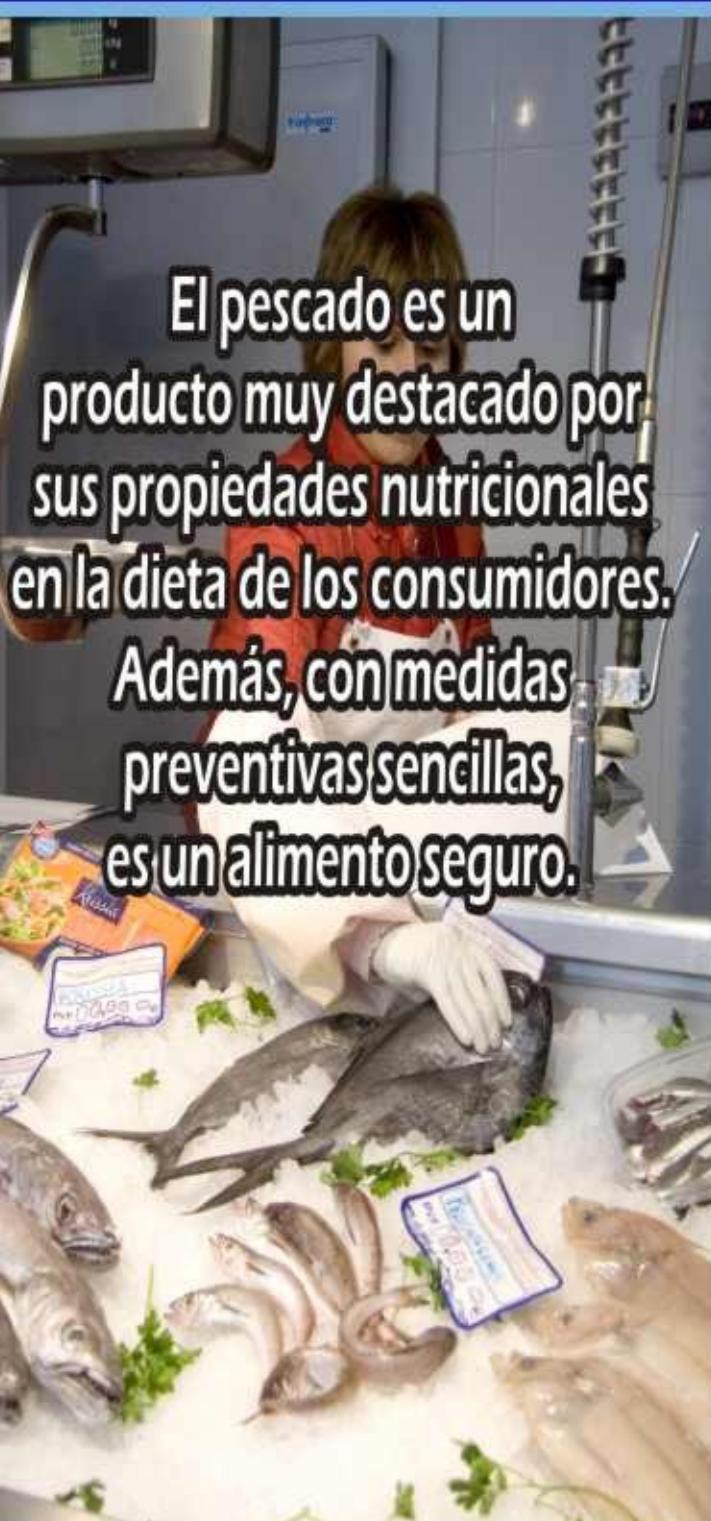
Temperaturas entre 60 y 70° C en el centro de la pieza durante 1 minuto son suficientes para matar las larvas.

3 Si consume el pescado crudo, la congelación previa es el modo más eficaz para inactivar al parásito, ya que las larvas congeladas pierden su capacidad de producir la enfermedad.

El pescado que se vaya a consumir prácticamente crudo o en escabeche deberá congelarse a -20°C.

Se recomienda que el pescado permanezca congelado al menos 72 horas.

4 Observese cuidadosamente la ventresca, ya que el mayor número de larvas se detecta en esta parte del pescado.



**El pescado es un producto muy destacado por sus propiedades nutricionales en la dieta de los consumidores. Además, con medidas preventivas sencillas, es un alimento seguro.**

**Cuando reciba el pescado:**

- 1** Limpielo bien y extraiga las visceras lo antes posible.
- 2** Realice una minuciosa observación de la ventresca.

**En el momento de su preparación para el consumo:**

- 3** Si se va a consumir crudo o prácticamente crudo, ahumado, en escabeche o salado es necesaria la congelación previa.
- 4** Cocínelo correctamente consiguiendo alta temperatura en toda la pieza.

**Y ASÍ, CON SUMO CUIDADO CONSEGUIREMOS QUE LA ~~ENZIMASIS~~ NO SEA UN PROBLEMA**

**Información para un consumo más seguro del pescado**

**Prevención de la**

