

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 Límpielo bien y extraiga las vísceras lo antes posible.
- 2 Realice una minuciosa observación de la ventresca.

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

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

Y ASÍ, con SUMO cuidado,  
CONSEGUIREMOS QUE LA ANISAKIOSIS  
NO SEA UN PROBLEMA

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

# así, sí

Prevenición de la Anisakiosis  
por los **profesionales**  
en la elaboración de comidas  
preparadas



## ¿Qué es la Anisakiosis?

La Anisakiosis es una enfermedad provocada por la ingestión de la fase larvaria del parásito **Anisakis** que puede encontrarse en el pescado. La parasitación de los pescados con **Anisakis** no es un problema exclusivo de nuestro entorno, si no que se da en todo el mundo.

La Anisakiosis se puede producir cuando el consumidor ingiere pescado crudo o poco cocinado que esté parasitado.

Las medidas preventivas son esenciales para evitar la enfermedad, entre las que se encuentran la adecuada elaboración de los productos de la pesca.

Los establecimientos de restauración colectiva juegan un papel clave en la prevención de esta enfermedad por la importancia que tienen en la actualidad las comidas fuera del hogar dentro de los ámbitos de consumo de la población.

## ¿Qué especies de pescado son susceptibles de parasitación?

Son numerosas las especies de **peces** que pueden estar infestadas por el parásito y sobre las que se deben aplicar las buenas prácticas descritas a continuación; entre ellas el bacalao, la sardina, el boquerón, la merluza, el arenque, el espadín, el salmón, el bonito, la caballa, el abadejo, el jurel, etc., y también **cefalópodos** como el calamar, la pota, la sepia, etc..

## ¿Cómo identificar el parásito?

En el interior del pescado, bajo el peritoneo o sobre él, enrollados, en espiral o estirados (*foto 1*).

Extraídos del pescado, pequeños gusanos blanquecinos o rojizos, de 10 a 30 mm de longitud y 1 a 2 mm de grosor (*foto 2*).



## Buenas prácticas para prevenir la Anisakiosis

- 1 Adquiera el pescado ya eviscerado, y si no lo está, hágalo inmediatamente.
- 2 Realice un control visual de la ventresca, ya que el mayor número de larvas se detecta en esta parte del pescado.
- 3 Cuando el producto se destine para el consumo cocinado, deberá someterlo a un tratamiento por calor que garantice una temperatura igual o superior a los 60° en el centro de la pieza durante un minuto.

## Requisitos normativos

- 1 Cuando el pescado se sirva crudo o prácticamente crudo, deberá congelarse a una temperatura igual o inferior a -20°C durante un periodo de, al menos, 24 horas.
- 2 Se deberá congelar de la misma forma los productos de la pesca de las especies, arenque, caballa, espadín y salmón salvaje del Atlántico o del Pacífico que hayan sido sometidos a un proceso de ahumado en frío en el que la temperatura central de producto no haya sobrepasado los 60 °C y aquellos productos en escabeche o salados.
- 3 Podrá no realizar el proceso de congelación si su suministrador le proporciona un medio documental en el que se especifique que en una fase anterior de la cadena alimentaria se ha aplicado la congelación a una temperatura igual o inferior a -20°C durante un periodo de, al menos, 24 horas.
- 4 Deberá poner en conocimiento de los consumidores, mediante carteles visibles o en las cartas-menú, los platos que contienen como ingredientes, productos de la pesca que han sido congelados con la finalidad de prevenir la anisakiosis.