



Alergia al anisakis

La parasitación del pescado que consumimos por el gusano conocido como **anisakis**, es muy frecuente. La enfermedad se asocia al consumo de pescado poco cocinado o crudo (ahumados, en vinagre...). El hombre puede ser portador accidental del parásito al consumir pescado portador del parásito.

En España el alto índice de consumo de pescado y la forma de cocinado (ej. Boquerones en vinagre) justifican que la anisakiasis se haya convertido en un problema sanitario importante a tratar.

Clínica y diagnóstico

Existe un grupo de personas que tras la ingestión del pescado refieren reacciones alérgicas agudas, con manifestaciones en forma de picores, inflamación de piel y mucosas, o reacción generalizada (anafilaxia).

Habitualmente, la ingestión de pescado se produce en las horas previas a la reacción, aunque excepcionalmente se puede diferir días complicando el diagnóstico. Muchas veces han tolerado después el mismo pescado, se descarta así una posible alergia al pescado y se orienta el diagnóstico a una alergia al anisakis.

Los síntomas cutáneos o alérgicos se relacionan muchas veces con molestias digestivas, normalmente gástricas.

Aunque cuando se produce la reacción alérgica es muy probable exista la parasitación, la larva normalmente se elimina de forma espontánea por las heces y lo que se mantiene es una sensibilización alérgica a ella.

Ante la sospecha de padecer alergia al anisakis, consultar al alergólogo para que mediante un estudio confirme el diagnóstico tras la realización de pruebas.

Prevención y tratamiento

Tratamiento

- Tratamiento médico de las reacciones alérgicas: antihistamínicos, corticoides, en ocasiones adrenalina intramuscular.
- Actitud conservadora en espera de la eliminación espontánea de la larva.
- Puede ser en algún caso necesario la extracción por endoscopia de la larva, para la resolución del cuadro alérgico.

Prevención



- Evitar la ingesta de pescado crudo, en vinagre, ahumado, en escabeche, poco cocinado o cocinados de forma inadecuada en microondas o a la plancha
- **Someter al pescado a una congelación a-20 °C**, durante 72h. se recomienda el pescado congelado en alta mar o ultracongelado, porque lo evisceran de forma precoz y se reduce así la posibilidad de parasitación de su carne
- Cocinar el pescado alcanzando temperaturas **superiores a 60°C**. preparar el pescado a la plancha puede ser insuficiente.
- Es preferible la toma de colas de pescados grandes, procurando evitar áreas cercanas al aparato digestivo del animal.