Anisakis, el nematodo que infesta productos pesqueros

Posted on 12 de julio de 2016 by Francisco García Olmedo

Después de la presencia del mercurio en pescados y mariscos, que ya comentamos, un problema creciente en este grupo de alimentos es su frecuente infestación por larvas en un cierto estado de desarrollo (L3) del nematodo *Anisakis simplex*. Los productos pesqueros y piscícolas pueden transmitir enfermedades parasitarias al ser humano causadas por cestodos, trematodos y nematodos, ya sea como infestación ocasionada por la ingestión de parásitos viables, ya como reacción alérgica (hipersensibilidad) contra los alergenos del parásito. Una vez sensibilizado el organismo humano, basta la ingestión del parásito muerto para provocar en él una fuerte reacción hipersensible.

De todas estas zoonosis marinas, la anisakiasis, causada por la especie antes mencionada, es, con gran diferencia, la más prevalente y la que supone un mayor problema. El cuadro digestivo causado por la infestación en sí consiste en náuseas, vómitos y dolor allí donde se propaga el parásito, típicamente en la boca del estómago (epigastrio), horas después de la ingestión. En casos extremos hay que recurrir a soluciones quirúrgicas. Las reacciones alérgicas van desde una leve urticaria al *shock* anafiláctico con peligro de muerte. Los pescaderos y pescadores pueden sensibilizarse por vía no digestiva.

España es el país con mayor número de casos de anisakiasis después de Japón; hasta veinte mil casos se dieron en nuestro país durante 2012. En las últimas décadas, el número de casos ha ido aumentando, seguramente como consecuencia de la creciente propagación del parásito en nuestras zonas de abastecimiento y del creciente consumo de productos crudos o escasamente tratados. Hay que tener en cuenta que ciertas prácticas, tales como la limpieza y devolución de las vísceras al mar o la alimentación de los peces de piscifactoría con desechos marinos, contribuyen enormemente a la propagación del parásito.

La distribución del parásito es distinta según las especies y las zonas. Así, por ejemplo, casi todas las merluzas y una gran mayoría de los bonitos del Cantábrico están afectados, pero por la forma de cocinarlos no son los que causan más infestaciones en humanos, honor que le cabe al trío que entre nosotros se consume más frecuentemente crudo o ligeramente tratado: boquerón, anchoa y sardina. También los crustáceos y los cefalópodos pueden estar infestados y, notablemente, los moluscos bivalvos se salvan de la maldición. En cuanto a la variación entre zonas, resulta sorprendente que en una investigación epidemiológica basada

en la distribución de anticuerpos anti-Anisakis en amplias muestras de población, la prevalencia del parásito en Madrid (12,4%) sea treinta veces mayor que en Galicia. En este estudio se comprobó que los individuos afectados declararon haber consumido pescados crudos o poco «hechos», mientras que los no afectados eran consumidores de pescado congelado, cocido o al horno. En otra investigación se comprobó que una misma especie podía sufrir un grado distinto de infestación según la zona de pesca. Por ejemplo, la caballa mostraba en el Cantábrico un 49,5% de unidades infestadas, un 36% en el Atlántico y un 6,3% en el Mediterráneo.

La Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN) da orientaciones precisas sobre cómo evitar la infestación, que pueden resumirse así: comprar el pescado limpio (sin tripas) o limpiarlo lo antes posible; la cocción, la fritura, el horneado o la plancha son tratamientos que eliminan el parásito al superar los 60º C; para pescados que se van a comer crudos o casi crudos, se recomienda congelar durante veinticuatro horas a temperaturas iguales o inferiores a -20º C y hasta una semana si la temperatura del congelador no es tan baja. Esta precaución debe tomarse en las preparaciones siguientes: pescados en vinagre, en salmuera o ahumados, escabeches, marinados, cebiches, sushi, sashimi y carpaccios.

En el consumo sin precauciones de alguna de las preparaciones arriba enumeradas parece que radica la explicación de que países tales como Japón, España, Perú y Holanda sean los más afectados por la anisakiasis.