

## PREVENCIÓN Y CONTROL DEL PARÁSITO ANISAKIS EN RESTAURACIÓN.

El pasado 19 de diciembre de 2006, el Ministerio de Sanidad y Consumo, aprobó un Real Decreto para la **prevención de la parasitosis por anisakis en los productos de la pesca ofrecidos en establecimientos de restauración o de colectividades**, aumentando así las garantías de seguridad a los consumidores.

### ¿Que es el anisakis? Incidencias en la salud

El anisakis es un parásito que se encuentra exclusivamente en el pescado, cuyas larvas pasan activas al aparato digestivo humano al ingerir el pescado crudo o poco cocinado, provocando alteraciones digestivas y reacciones alérgicas.

Estos parásitos son pequeños gusanos blancos, redondos, de cuerpo cilíndrico y alargado que miden entre 4 y 30 cm y se localizan en las vísceras de los pescados, dentro del aparato digestivo, y también se pueden encontrar en la musculatura. Aparecen enquistados en forma de espiral, enrollados sobre sí mismos o estirados.

### Obligaciones en la restauración según el decreto

- Los titulares de los establecimientos que sirven comida a los consumidores finales o a colectividades (bares, restaurantes, cafeterías, hoteles, hospitales, colegios, residencias, comedores de empresas, .) están obligados a garantizar que los productos de la pesca para **consumir en crudo o prácticamente en crudo han sido previamente congelados a una temperatura igual o inferior a 20°C en la totalidad del producto, durante un período de al menos 24 horas**; este tratamiento se aplicará al producto en bruto o al producto acabado.
- Los establecimientos **deberán poner en conocimiento de sus clientes** que los productos de la pesca que van a consumir han sido sometidos a la congelación estipulada en este decreto. Esta información podrá suministrarse a través de carteles o en las cartas del menú..
- También será aplicable la misma obligación cuando se trate de productos de la pesca que han sido **sometidos a un proceso de ahumado en frío, en el que la temperatura central del producto no ha sobrepasado los 60°C** y pertenezcan a las especies siguientes: arenque, caballa, espadín y salmón (salvaje) del Atlántico o del Pacífico.

### ¿Cómo se puede prevenir?

Los productos que han estado implicados en infecciones humanas son: el Ceviche, Lomi Lomi, huevos de salmón, Sashimi, Sushi, arenques con salmuera ligera, boquerones en vinagre y pescados ahumados en frío. El pescado que parece tener un mayor peligro son los boquerones, un producto tradicional muy apreciado, presenta cierto peligro por el blanqueamiento que se alcanza en su músculo, lo que dificulta la visualización de las larvas del parásito, por lo que se hace casi imprescindible la congelación del producto.

El pescado en salazón, como las anchoas en salmuera o en aceite, pueden matar al parásito e incluso eliminarlo, pero su eliminación se consigue después de semanas y una vez que la concentración de sal en la totalidad del músculo es superior al 15%. Por estos motivos, salvo que la salazón sea muy intensa, no puede recomendarse para asegurar una eliminación del peligro en un periodo corto de tiempo.

## CONSUMO DE PESCADO CON SEGURIDAD

### 1. LIMPIAR bien el pescado y sacar las vísceras lo antes posible

### 2. Congelar el pescado consumido en crudo

*En la elaboración de platos a base de pescado crudo o poco cocinado, se recomienda matar estos parásitos, limpiar bien el pescado, sacar las vísceras y someterlos a tratamientos de congelación a -20°C durante 24 horas*

### 3. COCINARLO correctamente

*La mejor manera de prevenir la anisakiosis es cocinar bien el pescado a una temperatura de 60°C o superior, durante 10 minutos. Cualquiera de los tipos habituales de cocinado (cocción, fritura o al horno) son suficientes para matar las larvas.*