

## **EL CONSUM SEGUR DE PEIX CRU**

Últimament haureu pogut seguir a través dels mitjans de comunicació les discussions sobre un tema de salut relacionat amb el consum de peix cru. En concret, les obligacions dels establiments que serveixen peix cru perquè facin uns determinats tractaments per tal de prevenir i/o eliminar un paràsit anomenat Anisakis, que pot estar present o no en la carn d'alguns peixos. Aquestes actuacions estan regulades legalment per un Reial Decret, el núm. 1420/2006, de 21 de desembre, del "Ministerio de Sanidad y Consumo".

Del compliment de la normativa se n'ocupen les diverses administracions sanitàries. En el nostre cas, els serveis d'inspecció del Departament de Salut. Des d'aquest espai de l'Àrea de Salut Pública, volem explicar-vos alguna cosa més sobre aquest assumpte, tant si aneu a algun establiment alimentari com si us responsabilitzeu de l'alimentació a casa vostra.

### **Introducció**

Els peixos poden patir parasitosis per infestació de paràsits diversos, presents en el medi marí. Aquests paràsits poden estar presents en la seva forma adulta o de larva i acostumen a pertànyer als grups següents: protozous, nemàtodes, cestodes, etc. Són poques les infestacions nocives per als homes i són més freqüents a Àsia i les zones tropicals. Les que tenen interès sanitari per a nosaltres són les espècies de la família dels Anisakidae. La transmissió d'aquest paràsit a humans es pot prevenir si s'actua degudament en el procés de manteniment en fred i del cuinat del producte comprat.

Es per això que a més de comentar-vos alguns aspectes d'interès sobre la malaltia i la seva transmissió us aportem uns quants consells per tal de garantir tota la seguretat en el consum del peix.

### **El cicle vital del paràsit**

A l'estómac de mamífers marins es poden trobar les formes adultes d'algunes espècies d'Anisakis. Aquests paràsits pertanyen al grup dels nemàtodes i es reproduïxen mitjançant ous. Aquests són expulsats de l'aparell digestiu del mamífer amb les femtes i

lliurats així al medi marí on eclosionen i donen pas a unes larves que poden arribar a viure uns dos o tres mesos sota aquesta forma.

Al ser ingerides per petits crustacis, maduren fins a ser infectives per a peixos i calamars i d'aquí poden anar passant d'un peix a un altre per depredació. Quan un d'aquests peixos infestats és consumit pels mamífers marins, les larves es converteixen en la seva forma adulta, tancant-se així el cicle del paràsit.

Quan una persona consumeix peix cru, en escabetx, lleugerament fumat o salat, sense haver patit el tractament degut, les larves passen a l'interior de l'aparell digestiu del comensal i maduren de la mateixa forma que en els mamífers marins.

### **La malaltia**

Les larves que han entrat a l'interior del cos humà poden penetrar a diverses vísceres formant un granuloma en el teixit circumdant on ha penetrat el nemàtode. La manifestació simptomàtica d'aquesta malaltia és la sensació de formigueig al cos. En casos més greus hi ha dolor abdominal intens acompanyat d'una sensació de nàusees i vòmits i, a vegades, amb febre i diarrea.

La presència d'aquests paràsits és un fenomen mundial i en algun països un problema de salut pública, sobretot on es consumeix habitualment peix en cru, fumat en fred i/o salat parcialment cuit, com Japó, Holanda i Xile.

El primer cas descrit a l'estat espanyol va ser a Valladolid l'any 1991. Des d'aleshores la malaltia no ha parat d'augmentar, sobretot deguda al consum de seitó en vinagre i s'estima que augmentarà més per la popularitat del consum de peix cru en alguns establiments alimentaris.

### **Peixos i productes afectats**

En el nostre entorn s'ha descrit la seva presència en espècies com la maire, seitó, verat, sorell, lluç, sardina, arengada, melva, bacallà, pagre, boga, merlà, carboner, mòllera fosca, escolà, mòllera pigada, castanyola, sabre, palaia anglesa, bruixa sense taques...

En general els productes més freqüentment implicats han estat:

Ceviche: peix amb espècies i marinat amb suc de llimona

Lomi lomi: salmó marinat amb suc de llimona, ceba i tomàquet

Ous de salmó

Sashimi: trossos de peix cru

Sushi: peixes de peix cru amb arròs i altres ingredients

Arengada crua en salmorra lleugera

Seitó en vinagre

Peix fumat en fred

Peix cuinat insuficientment

### **Consells per a la prevenció de la transmissió de la malaltia**

Si els peixos, contaminats o no, es tracten adequadament, s'aconsegueix l'eliminació del paràsit. Un cop comprat el peix, el netegem bé el més aviat possible i sobretot traiem les vísceres. Després hem d'aplicar els criteris següents:

Quan es tracti de peix que es consumirà cuinat, cal uns requisits mínims: coure'l a una temperatura de 60 graus i durant 10 minuts. Amb qualsevol dels tipus habituals de cuinat (cocció, fregit o forn) és suficient per matar les larves del paràsit,

Quan sigui peix per consumir escabetxat, en salmorra lleugera, fumat en fred o marinat, tot i que en principi aquests tractaments poden disminuir la presència del paràsit, prèviament al consum caldrà fer passar al peix per el següent procés de congelació:

Quan es tracti de peix per consumir en cru, per matar els paràsits cal congelar a una temperatura màxima de -20°C durant un temps mínim de 24 hores.

Si desitgeu més informació, podeu sol·licitar-la a l'Àrea de Salut Pública de l'Ajuntament d'Arbúcies o adreçar-vos a la web del Departament de Salut:

**[www.gencat.net/salut/depsan/units/sanitat/html/ca/dir210/doc9507.html](http://www.gencat.net/salut/depsan/units/sanitat/html/ca/dir210/doc9507.html)**

**[www.gencat.net/salut/depsan/units/sanitat/html/ca/aliments/csamani.html](http://www.gencat.net/salut/depsan/units/sanitat/html/ca/aliments/csamani.html)**