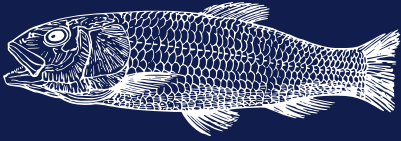


# ALERGIAS A PESCADOS Y MARISCOS

Alrededor del 22% de los adultos tienen alergia a pescados y mariscos



Existen 3 tipos de alergias a pescados y mariscos

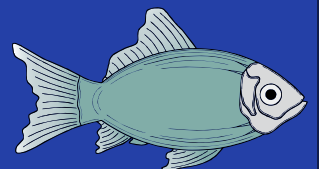
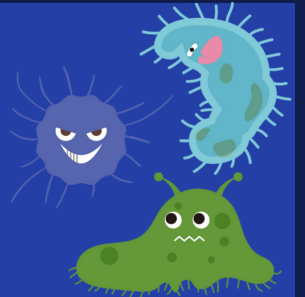


## PSEUDOALERGIAS

**CAUSA:** histamina generada por las bacterias que crecen en el pescado (por romper la cadena de frío, mala higiene, mal envasado, etc)

**SÍNTOMAS:** urticaria, dificultad respiratoria, vómitos, diarreas, dolor de cabeza...

**PESCADOS PROBLEMÁTICOS:** atún, bonito, sardina...



## ALERGIA A PROTEÍNAS



### PESCADO

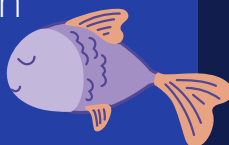
Proteína causante:

**PARVOALBÚMINAS** →   
Resiste al calor

**PESCADOS PROBLEMÁTICOS:**

Gallo, Merluza y Pescadilla >  
Pez espada, Caballa, Atún

**SÍNTOMAS** picor boca, habones en el cuerpo, hinchazón de labio



**PREVENCIÓN:**  
no tomarlo en la dieta



### MARISCO

Proteína causante:

**TROPOMIOSINA** →   
Resiste al calor

**MARISCOS PROBLEMÁTICOS** → 

**INDUCIDA POR** 

**REACCIÓN CRUZADA CON**   
Ácaros



## ANISAKIS

### ANISAQUIASIS

Daño en la **mucosa gastrointestinal** producido por el parásito Anisakis presente en pescado crudo o poco cocinado.

**SÍNTOMAS:**

- Gástricos
- Intestinales
- Extraintestinales



**PREVENCIÓN**

Temperaturas > 60°C  
Congelación si se va a consumir crudo.



### ALERGIA A ANISAKIS

Anisakis cuando está presente en el pescado también causa una **reacción alérgica.**

**SÍNTOMAS:**

- Digestivos
- Cutáneos
- Respiratorios

