



Intoxicaciones alimentarias en Semana Santa

Sin duda que las festividades de Semana Santa, es la fecha del año en que se consumen más **pescados y mariscos**. Por esto es que las precauciones en cuanto al consumo seguro de estos alimentos y la higiene en su manipulación son fundamentales para...

Sin duda que las festividades de Semana Santa, es la fecha del año en que se consumen más **pescados y mariscos**. Por esto es que las precauciones en cuanto al consumo seguro de estos alimentos y la higiene en su manipulación son fundamentales para evitar intoxicaciones. Las que habitualmente se caracterizan por un cuadro de compromiso del estado general acompañado de **fiebre, calofríos, vómitos y diarrea** que puede llegar a ser invalidante e incluso producir una deshidratación que provoca un riesgo vital al paciente. Las edades extremas de la vida son las más susceptibles a sufrir mayor daño, es decir niños pequeños y adultos mayores.

Si nos referimos sólo a la bacteria llamada **vibrio parahaemolyticus** y a la **marea roja** como grandes causas de intoxicaciones alimentarias, debemos establecer claras diferencias entre ambas.

Marea Roja. La toxina de la marea roja es termoestable, es decir, no se elimina con la cocción, por lo tanto cuando se identifica marea roja en alguna zona del país, la autoridad sanitaria prohíbe, en forma absoluta, la extracción de mariscos desde esa zona así se asegura que los mariscos contaminados no llegan a ser distribuidos ni comercializados y por lo tanto no llegan a los consumidores. De aquí la importancia de comprar mariscos y pescados sólo en lugares autorizados. Las toxinas de la marea roja actúa de inmediato y **puede causar la muerte inmediata del paciente** sobre todo si se trata de la Toxina Paralítica o ácido Domoico otras toxinas son : toxina diarreica, toxina neurotóxica, toxina amnésica ,entre otras.

Vibrio parahaemolyticus. En el caso del vibrio parahaemolyticus, esta bacteria es termolábil, es decir, se elimina con la cocción, por eso la recomendación es cocer los mariscos antes de consumirlos al menos durante 5 minutos. El vibrio parahaemolyticus, es una bacteria, por lo tanto requiere una reproducción en el intestino y la aparición de los síntomas es varias horas después de la ingestión.

¿En qué especies se presentan y en qué zonas?

En el caso del vibrio parahaemolyticus, los mariscos, especialmente **los moluscos bivalvos, como ostras, almejas, machas, cholgas, ostiones, choritos**, acumulan cantidades importantes del vibrión. En general, crustáceos y pescados no acumulan el vibrión en cantidad importante para causar infección, pero pueden

alcanzar grandes cantidades de éste al dejarse sin adecuada refrigeración por unas pocas horas. La enfermedad se transmite por ingestión de cualquier alimento contaminado crudo o mal cocido.

En el caso de marea roja la intoxicación en humanos ocurre por consumo de **mariscos bivalvos (cholgas, choritos, almejas, ostiones y ostras, etc)** debido a que estos moluscos son filtradores es decir, filtran el agua del mar de la que obtienen su alimento (plancton), acumulando las toxinas en su glándula digestiva y transformándose en verdaderos peligros si son ingeridos. En casos extremos bastan pocas unidades de moluscos para ocasionar una intoxicación grave. Los mariscos afectados directamente por marea roja tóxica no sufren ningún tipo de alteración en sus características de manera tal, que a "simple vista" no es posible detectar su nivel de toxicidad. La Marea Roja se presenta con cierta periodicidad en nuestro litoral, especialmente en la **X, XI y XII regiones** por lo que el Ministerio de Salud en conjunto con el Instituto de Salud Pública cuenta con un Programa de Vigilancia de marea roja en Chile, efectuándose un monitoreo y vigilancia permanente en las costas para detectar tempranamente la floración de algas nocivas

SINTOMAS HABITUALES

En intoxicaciones por vibrio parahaemolitycus, el cuadro intestinal es el más frecuente, caracterizado por diarrea acuosa y cólicos abdominales, que pueden acompañarse de náuseas, vómitos, fiebre y cefalea. Generalmente es autolimitado, la persona se recupera luego de un período de aproximadamente 3 días, que puede variar entre 1 a 7 días. En los casos más severos puede producirse un síndrome disentérico, caracterizado por heces sanguinolientas y fiebre alta. No está indicado el uso de antibióticos.

En el caso de marea roja: Dolor abdominal difuso, náuseas, vómitos, decaimiento, cefalea, incoordinación motora, sensación de hormigueo del área peribucal, labios y lengua, hormigueo de las extremidades, dedos de las manos y pies. La toxina paralítica de la marea roja causa la muerte en forma muy rápida.

RECOMENDACIONES PARA UN CONSUMO SEGURO

- 1.- Lavarse las manos siempre antes de cocinar, especialmente después de manipular mariscos crudos.
- 2.- No comer ningún tipo de marisco crudo o mal cocido, especialmente en los meses más cálidos.
- 3.- Hervir los mariscos durante 5 a 15 minutos (dependiendo del serotipo del V. parahaemolyticus) antes de consumirlos.

- 4.- Cuidar que no se produzca contaminación cruzada. Esta contaminación se puede producir en mesones de trabajo, lavaplatos, etc. y puede afectar a cualquier alimento, como verduras crudas o cocidas, que tenga contacto con mariscos contaminados o sus residuos (conchas, agua usada en su limpieza u otros).
- 5.- Limpiar siempre los mesones y cubiertas donde se manipulan y preparan los alimentos
- 6.- Mantener la cadena de frío de los alimentos.
- 7.- Enfriar rápidamente y refrigerar los productos del mar luego de cocidos, si no son consumidos inmediatamente.
- 8.- No consuma mariscos cuyo origen sea desconocido. - ¿Qué debe hacer una persona ante sospecha de intoxicación? Si los síntomas son importantes y severos (diarrea intensa, vómitos, fiebre, malestar general), la persona debe acudir al servicio de urgencia más cercano. Lo ideal es iniciar hidratación oral con Sales de Rehidratación Oral ya sea con 60 mEq de sodio para niños o con 90 mEq de sodio para adultos, siempre bajo

Enrique Paris M. - Médico Pediatra-
Marzo 2013

[Arts. relacionados](#)

[¿Cómo prevenir las intoxicaciones por alimentos?](#)