

BIOTOXINAS MARINAS

TOXINAS PRODUCIDAS POR ALGAS QUE PUEDEN CAUSAR INTOXICACIÓN ALIMENTARIA A LAS PERSONAS A TRAVÉS DEL CONSUMO DE MARISCOS Y PESCADOS CONTAMINADOS EN ORIGEN



ALIMENTOS A CONSIDERAR

Las biotoxinas producidas por un crecimiento masivo de algas se acumulan en los mariscos filtradores, por lo que se **asocian principalmente al consumo de moluscos bivalvos**, pero también pueden acumularse en gasterópodos, crustáceos y pescados, según sea la biotoxina.



INTOXICACIÓN ALIMENTARIA

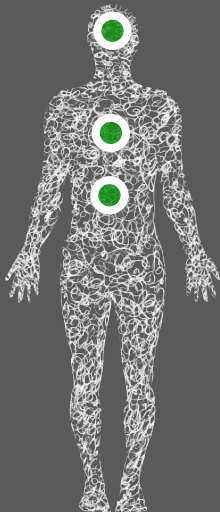
Diferentes tipos de intoxicaciones o síndromes dependiendo del tipo de biotoxina y de su cantidad en el alimento.

SÍNTOMAS:

- ▶ **Gastrointestinales:** náuseas, vómitos, diarrea, calambres en estómago.
- ▶ **Neurotóxicos:** dolor de cabeza, descordinación, pérdida de memoria.
- ▶ **Paralíticos:** dolor articular, calambres y parálisis

GRUPO DE RIESGO

Personas consumidoras extremas de moluscos bivalvos



BUENAS PRÁCTICAS en el hogar

No se puede eliminar las biotoxinas acumuladas en los mariscos y pescados, ya que es consecuencia de su presencia en el medio acuático. Por ello, es muy importante comprar mariscos en establecimientos autorizados para asegurarse de que han sido extraídos en zonas de cultivo autorizadas.

A su vez, es recomendable seguir unas Buenas Prácticas de Higiene para evitar la contaminación por otros agentes biológicos (bacterias, virus, parásitos):

LIMPIARSE	DESINFECTAR	MANTENER	MANTENER	COCINAR	EVITAR	LAVAR
las manos antes de manipular cualquier alimento.	los utensilios, tablas, superficies. ...	la cadena de frío durante el transporte de los alimentos crudos.	refrigeradas los alimentos hasta su preparación y consumo.	bien los alimentos y mantenerlos calientes hasta su consumo. Si no se van a consumir, refrigerarlos lo antes posible.	la contaminación cruzada de alimentos crudos con cocinados.	bien las frutas y hortalizas cuando vayan a ser consumidas en crudo.

NO DESCONGELAR

los alimentos a temperatura ambiente, sino en la parte baja del frigorífico.