

¡NO ME COMAS!

INTOXICACIÓN POR CIGUATERA AL CONSUMIR PESCADO

¡No se ve a simple vista!

10 DATOS QUE USTED DEBE SABER

1. La intoxicación por ciguatera es una **enfermedad relacionada con mariscos más frecuentemente reportada** en el mundo entero.
2. La toxina conocida como ciguatoxina **proviene de las algas *Gambierdiscus toxicus*** que se encuentran en ciertos arrecifes tropicales de coral.
3. La ciguatoxina pasa a través de la cadena alimenticia a los peces predadores grandes como la **barracuda, el mero y el pargo**. (Hay más de 400 especies en las que se ha encontrado esta toxina).
4. Los **síntomas** de la intoxicación por ciguatera incluyen náuseas, diarrea, vómitos, dolor articular y muscular, adormecimiento y hormigueo alrededor de la boca, en las manos y los pies, y sensación térmica inversa (una ducha caliente se siente fría).
5. Los síntomas pueden **comenzar en apenas 1 hora después de comer** pescado con ciguatoxina y pueden durar desde pocos días hasta meses.
6. Los pescados con ciguatoxina **NO pueden detectarse por su apariencia, ni por su sabor u olor**, y la toxina **NO se elimina al congelar, filetear ni cocinar el pescado**. Actualmente no existe un examen para detectar la ciguatoxina aprobado por la FDA.
7. Entre las especies de pesca deportiva en la Florida comúnmente vinculadas con la intoxicación por ciguatera se encuentran la barracuda, el mero, el pargo, los jureles, la caballa y el pez ballesta. Generalmente, **cuanto más grande es el pez, mayor es la posibilidad de intoxicación**.
8. Si sospecha que usted tiene intoxicación por ciguatera, busque atención médica. Reporte su enfermedad al departamento de salud local del condado y a la Línea de Envenenamientos de Florida al 1-800-222-1222 . **La intoxicación por ciguatera**

puede tratarse con un medicamento llamado Manitol si se diagnostica en las primeras 24 horas.

9. Guarde una muestra congelada del pescado. Documente la especie, el tamaño, dónde fue pescado, y cómo fue guardado y preparado.

10. Reduzca el riesgo de intoxicarse con ciguatera comiendo solamente pescados pequeños de arrecife y evitando los pescados grandes con más probabilidad de portar la ciguatera. **Pregunte a los pescadores locales o en las tiendas de carnada qué arrecifes debe evitar.**

La mejor protección es tener presente las zonas de pesca en las que se sabe que hay peces con ciguatoxina y conocer los pescados comunes y los pescados grandes que causan la enfermedad.

Compre pescado solamente en mercados y restaurantes de marisco de buena reputación.

Línea de Envenenamientos de Florida **(gratuita): 1-800-222-1222**

www.floridahealth.gov