

¿Qué es la ciguatera?

La ciguatera es un tipo de intoxicación alimentaria que ocurre cuando un ser humano consume peces, usualmente encontrados cerca de los arrecifes coralinos, que tienen en sus tejidos toxinas adquiridas al comer algas microscópicas asociadas al dinoflagelado *Gambierdiscus toxicus*. A simple vista es imposible determinar si el pescado está contaminado con la toxina ya que los peces que acumulan ésta toxina no muestran signos ni síntomas de enfermedad. Tampoco muestran cambios en su color ni sabor. La toxina no muere a altas temperaturas al cocinarse ni al congelarlas en el refrigerador. Por eso es que no se recomienda consumir peces que provienen de aguas profundas cercanas a los arrecifes de coral.

Ejemplo de algunos peces portadores de la cigu-toxina



Mero
(black grouper)



Negrita
(blackfin snapper)



Sierra
(king mackerel)



Pámpano
(greater amberjack)



Capitán
(hogfish)



Jurel
(horse-eye jack)



Cubera
(cubera snapper)



Pargo
(dog snapper)



Picúa
(barracuda)

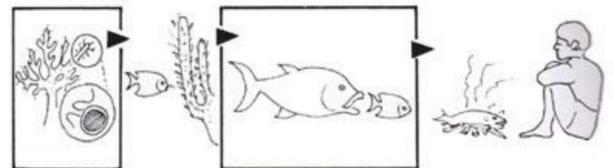


Mero Pinto
(yellowfin grouper)

¿Cuáles son los síntomas de la ciguatera?

Los síntomas de la ciguatera dependen de la cantidad de toxinas ingeridas, del origen geográfico del pescado consumido, el tamaño del pescado consumido y de los factores individuales de cada persona que los hagan susceptibles o no a las toxinas ingeridas. Los síntomas principales que se presentan son: dolor abdominal, náuseas, vómitos y diarreas que pueden estar acompañados o no de síntomas cardiovasculares (*cambios en el pulso y la presión, taquicardia, bradicardia, arritmia*) y síntomas neurológicos (*inversión de temperatura [frío es caliente y caliente es frío], hormigueo, adormecimiento de las manos o pies, dolor en los dientes o sensación de debilidad*). El periodo de incubación es variable ya que los síntomas pueden aparecer tan rápidos como en varios minutos o hasta 30 horas después de haber ingerido el pescado contaminado con las toxinas. La ciguatera no tiene cura y sus síntomas usualmente terminan en días o semanas, pero podrían persistir por meses o hasta años.

¿Cómo se transmite la ciguatera?



Tomado de: <http://www.tahiti1.com/fishing/images/ciguatera.jpg>

Se transmite por medio de la cadena alimentaria. Los peces herbívoros (*que comen plantas*) adquieren las toxinas al consumir algas colonizadas por los dinoflagelados que producen las ciguatoxinas. Cuando estos peces herbívoros son ingeridos por los carnívoros (*comen otros peces*), las toxinas son transferidas a este otro pez sin afectarlo. Entonces, cuando una persona consume un pez portador de la toxina, las toxinas entran al cuerpo del ser humano, envenenándolo.

¿Cómo se diagnostica la ciguatera?

El diagnóstico debe realizarse en base de la sintomatología presentada junto con un historial de consumo de alimentos recientes. El historial debe contemplar lo siguiente: el tipo de pescado consumido, las partes y cantidades consumidas, el manejo recibido después de haber capturado el pescado, los síntomas presentados, el tiempo transcurrido entre el consumo del alimento y la presentación de los síntomas y la existencia de otras personas afectadas. En adición se puede realizar una prueba de laboratorio al tejido del pescado consumido para determinar la presencia de la toxina de la ciguatera.

¿Cuál es el tratamiento para la ciguatera?

El tratamiento consiste principalmente en aliviar los síntomas y se utiliza un azúcar simple llamado Manitol como infusión intravenosa. Otros tratamientos utilizados podrían ser: lavado estomacal, uso de vitamina B y C, analgésicos con propiedades anti-inflamatorias, tranquilizantes, antidepresivos y diuréticos entre otros.

Se recomienda que los pacientes intoxicados no consuman pescado o mariscos ni productos a base de éstos, alimentos con niveles altos de grasa (*nueces, maní, cocos, mayonesa, chocolate o productos a base de éstos*), setas y bebidas alcohólicas durante el tiempo que estén intoxicados y hasta seis meses después que los síntomas hayan desaparecido, debido a que estos alimentos puede provocar la recurrencia de los síntomas.

¿Cómo se puede prevenir la ciguatera?

- ✧ Evitar consumir pescados prohibidos por ley en Puerto Rico tales como: Picúa, Medregal y Jurel Negro (*Departamento de Recursos Naturales y Ambientales, Reglamento de Pesca #6768*) y de los peces carnívoros como: el mero, pargo, capitán, jurel y sierra.
- ✧ Ingerir pescados enteros que quepan en el plato, ya que son más seguros que los filetes de pescado.
- ✧ Ingerir pescados de menos de seis libras.
- ✧ Evitar comer el hígado u otros órganos internos de los pescados ya que estos acumulan mayor cantidad de toxina.

¿Qué hacer en caso de sufrir ciguatera?

- ✧ Visite al médico inmediatamente para buscar tratamiento y notificar que ha tenido un historial de haber ingerido pescado.
- ✧ Notificar la cantidad de pescado ingerido así como la fecha de comienzo de síntomas.
- ✧ Anotar el tipo de pescado así como el lugar donde lo obtuvo o ingirió.
- ✧ Conserve (si es posible) sobrante del pescado que causó la enfermedad para que pueda ser analizado.
- ✧ Llamar a la Oficina de Epidemiología del Departamento de Salud para que realicen la investigación de lo ocurrido.



Para más información puede comunicarse con la Oficina de Epidemiología e Investigación, ubicada en la oficina #159, edificio A, del Departamento de Salud ó al teléfono 787-765-2929 ext. 3552/3556. También puede comunicarse a sus oficinas regionales:

- | | |
|------------------------|--------------|
| ✧ Región Aguadilla | 787-997-0155 |
| ✧ Región Arecibo | 787-879-3246 |
| ✧ Región Bayamón | 787-780-7973 |
| ✧ Región Caguas | 787-286-0880 |
| ✧ Región Fajardo | 787-801-5922 |
| ✧ Región Mayagüez | 787 831-0262 |
| ✧ Región Metropolitana | 787-281-6144 |
| ✧ Región Ponce | 787-844-4862 |

www.salud.gov.pr