

ALERGIA AL PESCADO Y MARISCO

Redactado por la Dra. Laura Pérez Pastor,
Especialista en ALERGOLOGÍA y en PEDIATRÍA.

Generalidades.

La alergia a pescado y marisco, es la tercera causa de alergia a alimentos en los niños. Es más difícil de superar o que se desarrolle tolerancia a esta alergia, en comparación con la alergia a leche o huevo. Por encima de los 6 años, es muy difícil desarrollar una tolerancia natural en los alérgicos a pescado.

La alergia IgE-mediada a pescados, es una de las causas más frecuentes de reacción alérgica grave o anafilaxia.

Los pescados se dividen en tres grupos:

1. **Pescados con esqueleto: Blanco y azul**
2. **Cefalópodos (cartilagosos)**
3. **Mariscos: Moluscos (concha) y crustáceos (gambas, langostinos, camarones...).**

Su hijo puede padecer una alergia a todos los grupos, o bien a uno de ellos, tolerando los otros. Según a la proteína del pescado a la que sea alérgico, es posible que tenga reactividad cruzada, mayor o menor, con otros grupos de pescados, e incluso con los ácaros y el *Anisakis*.

A veces, el pescado está contaminado por un parásito, llamado *Anisakis*, y la alergia está producida por él. En este caso, los síntomas se pueden controlar desnaturalizando sus proteínas, bien tras congelación 48h en un congelador no industrial, o bien cocinando el pescado a altas temperaturas (>100°)

En cualquier caso, debe evitar de forma estricta la **ingesta** de aquellos a los que es alérgico, y también la **manipulación** de los mismos, así como la **exposición inhalada**, esto es respirar en lugar donde se fríe o hierve pescado o marisco.

Si no estamos seguros de la tolerancia a algún grupo, se recomienda evitar todo tipo de pescados y mariscos.

En caso de reacción grave, debe estar adiestrado en el uso de dispositivo autoinyectable de adrenalina, llamado. Deben tenerse al menos 2 dispositivos actualizados y disponibles.