

## Medidas preventivas

### Indicaciones para personas consumidoras:

- ✓ **Consuma carnes y productos cárnicos etiquetados y procedentes de establecimientos autorizados.** Evite carnes de procedencia desconocida o dudosa
- ✓ **No compre carnes y embutidos de venta ambulante** ya que no está garantizada la procedencia ni la conservación adecuada.
- ✓ No consuma **carnes de caza** que no hayan sido previamente analizadas por profesionales de veterinaria autorizados.
- ✓ No consuma carnes de cerdo o de caza que hayan podido comer **restos crudos de animales salvajes**, incluyendo ratas.
- ✓ Los **despojos** de jabalíes y cerdos pueden estar **contaminados**. Nunca los utilice para dar de comer a las mascotas.

### Indicaciones para el consumo de alimentos:

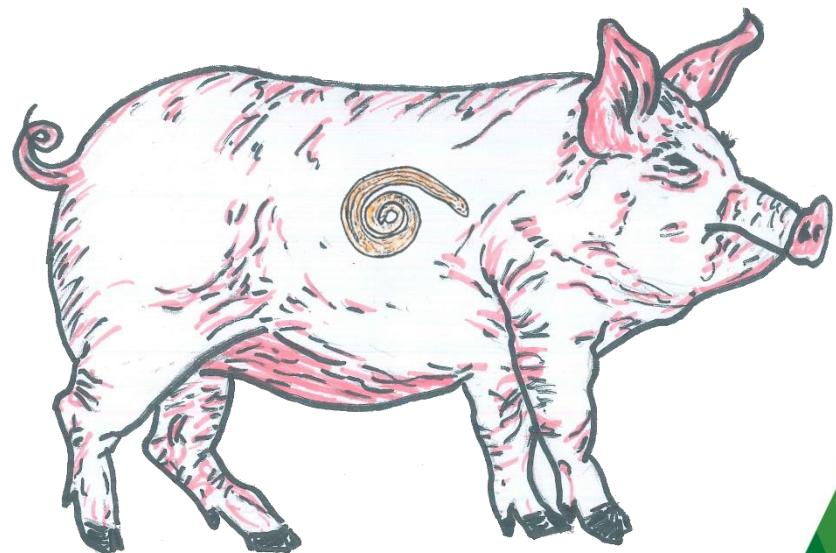
- ✓ **Las carnes de caza son las más peligrosas** a la hora de trasmisir la enfermedad.
- ✓ Use **distintas tablas de cortar** para la carne y otros alimentos
- ✓ **Lávese siempre las manos** después de manipular carne cruda.
- ✓ **Limpie cuidadosamente** las tablas de cortar, superficies, picadoras y otros utensilios con **jabón y agua caliente** tras su uso.
- ✓ **Coma carnes de cerdo o de caza que estén bien cocinadas** (completamente hechas y que su jugo no sea rojizo).
- ✓ Asegúrese de que los **alimentos** que se utilizan en el hogar sean **aptos para el consumo**.



Fuentes: [www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/seguridad\\_alimentaria/subdetalle/triquina.htm](http://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/seguridad_alimentaria/subdetalle/triquina.htm)

[www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad\\_alimentaria/gestion\\_riesgos/plan\\_contingencia\\_triquina.pdf](http://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad_alimentaria/gestion_riesgos/plan_contingencia_triquina.pdf)

# Prevención de la triquinosis



Unidad de Gestión de Salud Pública  
Área de Gestión Sanitaria Serranía de Málaga

## ¿Qué es la triquinosis?

La triquinosis (o triquinelosis) es una **enfermedad parasitaria y trasmisible** que se origina por el consumo de **carnes y productos cárnicos** que contienen **larvas** de un gusano redondo llamado *Trichinella*, del cual existen diversas especies. En España, las especies habitualmente identificadas son *Trichinella spiralis* y *Trichinella britovi*.

La Triquina puede **afectar a las personas** y a numerosas **especies hospedadoras**, principalmente mamíferos silvestres y domésticos como **jabalíes, cerdos** domésticos, cerdos asilvestrados o híbridos.

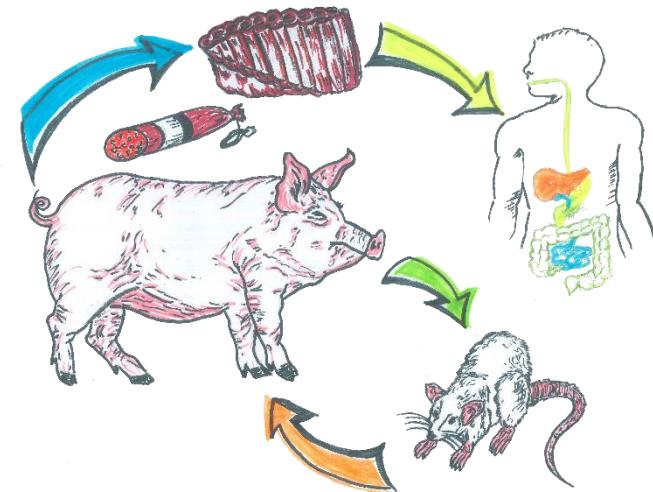
## ¿Cómo se trasmite?

La principal fuente de infección para las personas es el **consumo de carne y productos cárnicos crudos o insuficientemente cocinados** procedentes de jabalí o cerdo infectado. También se puede contraer esta enfermedad a través de la carne de otras especies de consumo menos frecuente, como los caballos.

La gran mayoría de los **brotes de triquinosis** se asocian al **consumo de animales cazados para autoconsumo o sacrificados en matanzas domiciliarias** que no han sido sometidos a un **análisis de triquina**. Los **productos curados**, como jamones o chorizos elaborados con estas carnes, son **posibles trasmisores** de esta enfermedad, si el **animal estaba parasitado**.



## Ciclo biológico de la triquina:



El periodo de **incubación** puede variar entre **5 y 45 días**, aunque en general los **síntomas** suelen aparecer de **8 a 15 días** después del consumo de la carne infestada.

**Los síntomas gastrointestinales pueden aparecer a los pocos días.**

## Síntomas de la triquinosis:

Los síntomas son **variables**, dependiendo de la sensibilidad del individuo, de su estado inmunitario y de la cantidad de larvas de triquina ingeridas, pero, en general, **los más frecuentes** son:

**Dolor de cabeza, párpados hinchados, fiebre, escalofríos, dolores musculares, dolor abdominal, diarrea, vómitos, náuseas y cansancio.**

La enfermedad suele resolverse por sí sola, pero si la **infección** es **severa** puede llegar a producir **cuadros graves** e incluso **letales**.

**SI SOSPECHA QUE PUEDE HABER COMIDO ALGÚN ALIMENTO CONTAMINADO CONSULTE EN SU CENTRO DE SALUD**