

# Alergia al marisco

**CESNUT**

NUTRICIÓN

Consultoría Nutricional

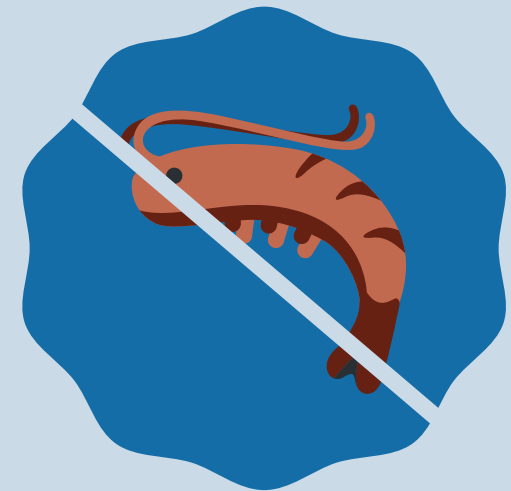


# ¿Qué es la alergia al marisco?

Es la reacción adversa a la proteína Tropomiosina. Esta proteína se encuentra en el marisco: crustáceos, moluscos y equinodermos

Los síntomas pueden variar de una persona a otra y pueden ser de inicio rápido (minutos) o lento (horas - días).

Los síntomas principales de alergia son cutáneos y digestivos, pudiendo llegar a causar anafilaxia



Incluye:  
Crustáceos  
Moluscos  
Equinodermos





## Eliminar de la dieta los siguientes productos de mar:



- Moluscos
- Mejillones
- Pulpo
- Almejas
- Berberecho
- Calamares y derivados
- Langostinos
- Vieiras
- Cigalas
- Caracolas
- Cangrejos
- Langosta
- Ostras
- Ástaco o cangrejo de río
- Camarones y gambas
- Caracolas de mar
- Erizo de mar
- Abulón



- Mirar el etiquetado de los productos manufacturados (sopas, preparados de pescado, surimi, gelatinas, etc)
- Limpiar utensilios y superficies de cocinado para evitar la contaminación cruzada