

9 giugno 2017 8:57

Tonno e istamina

di [Primo Mastrantoni](#)



Mangiare tonno e avere reazione allergica? Può essere, se questi alimenti contengono istamina, una sostanza che ha un ruolo importante nelle reazioni allergiche. Nei giorni scorsi, tonno fresco, importato dalla Spagna (ditta Garciden), conteneva dosi elevate di istamina tanto da essere segnalato dal Sistema rapido di allerta europeo. Il motivo è dovuto alla cattiva, o lunga, conservazione dell'alimento, il che provoca la proliferazione di batteri che inducono la produzione di istamina che è resistente al calore (90 minuti a 116 gradi per inattivarla). Gli effetti: arrossamento del viso e del collo, orticaria, nausea, vomito, diarrea, mal di testa e vertigini. Se questi sono i sintomi, è necessario ricorrere al medico.

Purtroppo, non c'è un sistema di riconoscimento, quando si consuma il tonno al ristorante, mentre per l'acquisto casalingo sarebbe utile individuare se il pesce emana cattivi odori o verificare se la carne è flaccida.