Campaña informativa

Intoxicaciones por **setas**

cecu.es

cecu

Este documento forma parte de las actividades cotidianas previstas por CECU en 2023 en materia de seguridad de las personas consumidoras. La campaña informativa tiene como **objetivo principal** contribuir a que disminuyan los accidentes por intoxicación por la ingesta de setas tóxicas.

La recolección y consumo privado de setas es una práctica muy extendida en nuestro país que, año tras año, provoca un número significativo de consultas al **Servicio de Información Toxicológica -SIT**[1]-; organismo al que agradecemos la información que nos ha remitido y que ha servido de base para elaborar este material divulgativo.

La información contenida en estas páginas no suple el consejo médico necesario en caso de intoxicación por setas.

¡Ante los primeros síntomas de intoxicación, busca siempre ayuda profesional sanitaria!

[1]El Servicio de Información Toxicológica (SIT) del Instituto Nacional de Toxicología y Ciencias Forenses (Ministerio de Justicia) desempeña las funciones de un centro antitóxico nacional desde 1971 y atiende vía telefónica consultas procedentes de toda la geografía española sobre: Intoxicaciones y Exposiciones a sustancias tóxicas.
https://www.mjusticia.gob.es/es/institucional/organismos/instituto-nacional/servicios/servicio-informacion/servicio-informacion1

El SIT publica anualmente su Memoria de gestión. Memoria 2022.

ÍNDICE

Aspectos generales de las setas

Sobre setas letales en nuestro medio

Datos epidemiológicos y estadísticos desde el SIT

Recomendaciones preventivas de intoxicaciones por setas

Mitos existentes y a desechar sobre las setas

Conclusiones

Aspectos generales de las setas

- El consumo de setas puede producir ciertos cuadros tóxicos de intensidad variable, pudiendo ocasionar la muerte por daño hepático irreversible. Estos cuadros son más frecuentes en otoño.

- Se conocen miles de variedades setas. En España están catalogadas más de 1.500 especies, siendo consideradas tóxicas entre cincuenta y setenta y unas diez potencialmente letales.

- Los cuadros de intoxicación se producen al confundirlas con otras setas comestibles. En una misma ingesta se pueden combinar varias, causando cuadros clínicos de diferente gravedad.

- No existe ningún método directo simple para diferenciar las setas comestibles de las tóxicas. Por ello se ha de evitar la ingesta de todo ejemplar desconocido o ante un mínimo grado de sospecha.

- Las setas de parques, jardines o caminos no son aptas para el consumo humano, puesto que pueden estar contaminadas por absorber sustancias y metales pesados, pasando a ser tóxicas.

- Algunas se pueden comer crudas y otras deben tener una cocción y secado suficiente para que las toxinas termófilas puedan desaparecer.

- Existen setas que se suelen encontrar en bosques de hoja ancha o que crecen en árboles, ramas o prados. Algunas de ellas, tras ser ingeridas pueden desencadenar la muerte.

- Las setas deben transportarse en cestos por ser recipientes rígidos y aireados, no en bolsas de plástico para evitar que fermenten o que se aplasten, y consumirse lo más pronto posible.

Sobre setas letales en nuestro medio

Tras su ingesta, la clínica suele comenzar en general con un cuadro de náuseas, vómitos y diarreas en pocas horas. Después, puede haber una fase asintomática de 24-48 horas y otra fase a los 3-4 días con afectación severa renal y hepática, coma y muerte.

Destacan

- **Amanita Phalloides**, la más peligrosa en nuestro medio debido a su abundancia y toxicidad.
- **Amanita Verna**, seta de primavera.
- **Amanita Virosa**, seta de otoño.
- **Gallerina Marginata,** seta pequeña que crece en los troncos y las ramas secas de los pinos.
- **Lepiota Helveola**, también crece al borde de los caminos, con síntomas a partir de las 6 horas.
- **Lepiota Brunneo-incarnata**, también crecen en bosques de hoja ancha.
- **Cortinarius Orellanus**, con síntomas digestivos, anorexia, dolores generales, sed y fallo renal.
- **Cortinarius Speciosissimus**, pudiendo desencadenarse a las dos semanas cuadro de escalofríos, cefalea y hormigueos.
- **Gyromitra Esculenta**, si se consume cruda o poco cocinada puede también ser mortal, con afectación del sistema nervioso, debilidad, incoordinación, convulsiones, delirio y coma.
- **Paxillus Involutum**, que puede inducir el síndrome inmunohemolítico.

Aunque existen particularidades en cada comunidad autónoma respecto de las setas comercializables o las que con mayor frecuencia crecen de manera natural en cada territorio, hemos seleccionado, sin menospreciar por ello otras publicaciones igualmente rigurosas y útiles para formación de las personas consumidoras, la ***Guía de setas comercializables***, publicada por la Consejería de Sanidad -Dirección General de Salud Pública- de la Comunidad de Madrid en julio de 2021, al facilitar imágenes de una amplia variedad de especies junto con otras setas tóxicas de apariencia similar con las que podrían confundirse las comestibles.

Datos epidemiológicos y estadísticos desde el SIT

A lo largo de los dos últimos años, el SIT ha registrado:

2021
Consultas - 75.677
Intoxicaciones en **humanos** – 58.443 (77,2%)
Intoxicaciones por **Setas** – 145 (0,2%)

Intoxicaciones por setas

Perfil del intoxicado

Consultas	Rango de edad	Sexo - Hombre	Etiología - Accidental	Vía de entrada - Oral	Tipo de producto - Setas
145	De 60 a 69	51,7%	72,4%	95,2%	100,0%

Fuente: Servicio de Información Toxicológica

Se recibieron 145 consultas por intoxicaciones o por exposiciones tóxicas en el teléfono de emergencias del SIT, lo que supuso el 0,2% de las consultas por intoxicaciones en humanos.

La mayoría de estas intoxicaciones son por ingestión de setas (95,2%), de origen accidental (72,4%) y afectan predominantemente a la franja de edad entre 60 y 69 años (15,2%).

Se han recogido un porcentaje cercano al 20% de intoxicaciones voluntarias de setas con fines recreativos y para conseguir efectos alucinógenos.

Entre los afectados, el 51,7% fueron hombres y el 40,0% mujeres.

El 53,8% de las intoxicaciones por setas produjeron una estimación de sintomatología moderada y grave, lo que explicaría que sobre el 70% de las llamadas al SIT las realicen profesionales sanitarios (hospitales, centros de salud, servicios de emergencias o consultas médicas) a donde acudió el intoxicado.

Respecto a la distribución geográfica, la comunidad de Cataluña es la predominante (22,8%), seguida de Madrid (15,9%) y Andalucía (11,7%).

Fuente: Servicio de Información Toxicológica

2022

Consultas - 79.451
Intoxicaciones en humanos – 62.651 (78,9%)
Intoxicaciones por Setas – 176 (0,3%)

Intoxicaciones por setas

Fuente: Servicio de Información Toxicológica

Se recibieron 176 consultas por intoxicaciones o por exposiciones tóxicas en el teléfono de emergencias del SIT, lo que supuso el 0,3% de las consultas por intoxicaciones en humanos.

La mayoría de estas intoxicaciones son por ingestión de setas (94,9%), de origen accidental (78,6%) y afectan predominantemente a la franja de edad entre 50 y 59 años (19,9%).

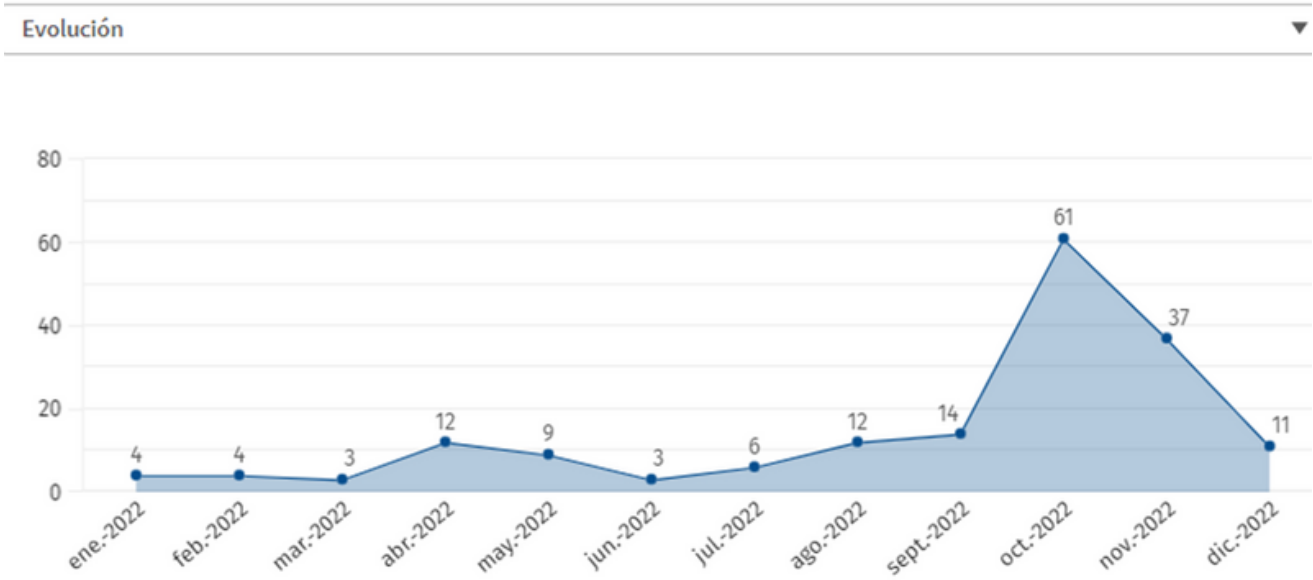
Se han recogido un porcentaje cercano al 20% de intoxicaciones voluntarias de setas con fines recreativos y para conseguir efectos alucinógenos.

Entre los afectados, el 54,5% fueron hombres y el 39,2% mujeres.

El 56,8% de las intoxicaciones por setas produjeron una estimación de sintomatología moderada y grave, lo que explicaría que sobre el 70% de las llamadas al SIT las realicen profesionales sanitarios (hospitales, centros de salud, servicios de emergencias o consultas médicas) a donde acudió el intoxicado.

Respecto a la distribución geográfica, la comunidad autónoma de Madrid y Andalucía son las predominantes (17,6% cada una), seguida de Cataluña (16,5%).

Evolución temporal en el nº de consultas



Fuente: Servicio de Información Toxicológica

Recomendaciones preventivas de intoxicaciones por setas

Conocer bien las setas venenosas, sin fiarse únicamente de la práctica porque algunas pueden parecerse a las comestibles y sólo diferenciarse en las esporas.

Consumir setas en pequeñas cantidades, únicamente las bien conocidas y no comer setas no identificadas perfectamente.

No coger setas alteradas por su edad, parásitos, heladas o lluvias, como tampoco las que crecen en vertederos, cercanías de fábricas o lugares con tráfico.

No dejar setas tóxicas cerca de las comestibles, pues se han dado intoxicaciones al conservar ambos tipos un miembro de la familia y otro que no las conoce interpreta que son comestibles.

No permitir que los niños manipulen las setas, pues son productos con potencial toxicidad.

Revisar bien todos los ejemplares y tirar los trozos sueltos difíciles de identificar.

No comer especies mezcladas, pues pueden asociarse sus posibles efectos tóxicos.

No comer setas crudas, sin buen estado de conservación, ni poco cocinadas.

No ingerir más de 250 g de setas a la semana, pues suelen ser bastante indigestas y algunas contienen toxinas que se pueden acumular en nuestro organismo sin que se eliminen.

Dejar siempre algún ejemplar en el frigorífico por si fuera necesario su estudio posterior.

Mitos existentes y a desechar sobre las setas

- No existen reglas generales para distinguir con certeza las setas comestibles de las tóxicas.
- No es verdad que, al contacto con setas cocidas y tóxicas, una cucharilla de plata ennegrece.
- No es cierto que, al contacto con setas tóxicas, una patata, ajo o cebolla se ennegrezca.
- No es cierto que las setas se “envenenan” si pasan cerca erizos o serpientes.
- Es falso que pierdan la toxina al añadirles vinagre o sal.
- Es falso que todas pierden su toxicidad tras ser cocidas o cocinadas.
- Es falso que si están mordidas por animales son comestibles, ya que su sensibilidad al veneno es distinta y la toxicidad puede estar diferida para caracoles o ciertos animales.
- Es falso que, si las setas crecen apiñadas, o sobre troncos o ramas de árboles, sean comestibles.
- No es cierto que sean tóxicas las que cambian de color al partirlas. Por ejemplo, la comestible Boletus cyanescens pasa a azul cuando se le corta y en cambio las Amanitas tóxicas no viran.
- Es falso que el olor o el sabor esté relacionado con la toxicidad de la seta, pues algunas presentan un aroma agradable pudiendo ser tóxicas.

Para información adicional sobre consejos para la recolección y el consumo privado de setas silvestres, el Ministerio de Consumo -Agencia Española de Consumo y Seguridad Alimentaria- dispone en su página web de este material.

Conclusiones

De los datos facilitados por el SIT podemos extraer algunas conclusiones:

- La mayoría de las intoxicaciones son por ingestión de setas de origen accidental.

- La franja de edad predominante en estos últimos años suele situarse entre los 50 y los 69 años.

- Es mayor la proporción de intoxicaciones en hombres que en mujeres.

- Cerca de la quinta parte de las intoxicaciones por setas tiene su origen en su consumo con fines recreativos y para conseguir efectos alucinógenos.

- Más de la mitad de las intoxicaciones por setas produjeron una estimación de sintomatología moderada y grave.

- El mayor pico de consultas al SIT se produce en el mes de octubre, seguido de noviembre.

- Las consultas predominantes por intoxicación por setas corresponden a las comunidades autónomas de Madrid, Andalucía y Cataluña.

El **SERVICIO DE INFORMACIÓN TOXICOLÓGICA (SIT)** es un servicio de ayuda permanente por parte de su personal médico que atiende las consultas sobre emergencias toxicológicas.

La ciudadanía puede recibir del SIT información sobre diagnóstico de las intoxicaciones, primeros auxilios, abordaje inicial del intoxicado y medidas de prevención.

915 620 420

24h/365 días

Twitter: @INTCFjusticia

por un consumo sostenible crítico transformador

Federación de Consumidores y Usuarios CECU

C/ Gran Vía, 69, 1ª planta, oficina 103 (Madrid)

FEDERACIÓN DE CONSUMIDORES Y USUARIOS

cecu.es