



Recomanacions del Departament de Salut per prevenir intoxicacions pel consum de bolets tòxics

Les primeres pluges de l'estiu ja han fet aparèixer els bolets més primerencs i, com cada any, milers de boletaires aprofitaran el temps de lleure per recollir les espècies dels nostres boscos. A fi que aquesta afecció sigui motiu per a un sa exercici sense cap conseqüència sanitària negativa, el Departament de Salut, vol recordar a la població els consells per prevenir les intoxicacions pel consum de bolets tòxics.

L'interès pels bolets ha augmentat notablement en els darrers temps, i cada vegada són més les persones que surten a collir-ne, en ocasions de forma indiscriminada, cosa que propicia que gairebé cada any es produeixin intoxicacions a causa de la inexperiència o la manca dels mínims coneixements micològics de les persones que els recol·lecten.

A Catalunya es poden trobar moltes espècies comestibles, algunes amb un interès gastronòmic considerable i d'altres de tòxiques que poden ser, fins i tot, mortals. Aproximadament hi ha un centenar de bolets tòxics, la majoria d'ells molt coneguts, però no es pot assegurar mai que ja està tot descobert; al llarg de la història hem vist com es demostrava que bolets molt apreciats passaven a considerar-se tòxics.

Tal com varem comentar a la nota de premsa de l'any passat, s'han de mantenir les precaucions amb el bolet *Tricholoma equestre*, conegut sota el nom de verdelol, groguet o pixaconill, segons la contrada, en castellà *seta de los caballeros*. Aquest bolet, que és freqüent en els boscos de pins de Catalunya i és considerat habitualment com a comestible, pot resultar perillós per a la salut si es consumeix repetidament en un període de temps relativament curt. Fins que no es disposi de més dades científiques, hem de continuar recomanant no consumir aquest tipus de bolet.



EPIDEMIOLOGIA DE LES INTOXICACIONS PER BOLETS:

L'epidemiologia de les intoxicacions per la ingesta de bolets tòxics és molt variable.

L'any 2005 es van declarar 16 brots d'intoxicació per consum de bolets a Catalunya: 5 a les comarques de Barcelona, 9 a les comarques de Girona, i 2 a les de Lleida, que varen afectar un total de 41 persones, de les quals 12 van necessitar hospitalització. La majoria dels afectats van presentar nàusees, vòmits i diarrea al poc temps d'haver ingerit els bolets, i depenent de la gravetat del quadre clínic, alguns pacients van presentar debilitat, vertigen, somnolència i insuficiència hepàtica.

Aquest nombre de brots i d'afectats d'intoxicació és el més elevat dels darrers cinc anys a Catalunya tot i que el nombre anual és molt variable depenent de la climatologia. Així, l'any 2004 no es va notificar cap intoxicació per bolets al Departament de Salut, però l'any 2003 es notificaren, en tot l'any, 5 brots amb un total de 24 afectats.

COM PODEM DISTINGIR ELS BOLETS COMESTIBLES DELS VERINOSOS?

No hi ha regles ni proves generals per distingir els bolets tòxics dels comestibles. L'única forma d'assegurar-se que un bolet és comestible o no, és mitjançant la correcta identificació de l'espècie, això s'aconsegueix gràcies al coneixement i l'experiència.

Les tradicions populars de comprovació de la toxicitat dels bolets, com les proves de l'ennegritment del gra d'all o la patata, o la de la cullereta de plata, són falses.

És fals que els bolets menjats pels cargols, o altres animals, no són tòxics; els bolets, com altres plantes, poden ser tòxics per a l'home i no ser-ho per als cargols o altres animals.

CONSELLS DE RECOLECCIÓ I CONSUM

Només heu de recollir bolets d'espècies comestibles conegudes, que presentin un bon estat de conservació i que identifiqueu sense cap mena de dubte. Davant qualsevol dubte no els agafeu ni us els mengeu.

Rebutgeu els exemplars trencats, aquells que ja han començat a descompondre's o que estan florits, amarats d'aigua o s'han gelat durant la nit.

Cal tenir en compte que després de la pluja es poden trobar descolorits o, contràriament, massa acolorits per haver absorbit humitat, o també poden haver perdut part de l'ornamentació, i confondre'ns.

Transporteu-los en un cistell rígid i airejat per evitar la seva fermentació.

Consumiu-los com més aviat millor, ja que la majoria s'alteren ràpidament.



És recomanable que els consumiu cuits; alguns bolets que cuits són comestibles, poden resultar tòxics si es mengen crus o poc cuits.

La majoria de bolets no són de digestió fàcil, per això és aconsellable consumir-los amb moderació, preferentment com acompanyament.

COM ACTUAR EN CAS DE SOSPITA D'INTOXICACIÓ

Davant dels primers símptomes, s'ha d'anar immediatament a un centre hospitalari perquè la persona afectada rebi el tractament mèdic adequat. Convé portar-hi les restes que es tinguin dels bolets, ja sigui els trossos que s'ha eliminat en netejar-los o els bolets cuits que hagin sobrat. Això permetrà als especialistes identificar l'espècie que ha provocat la intoxicació i facilitarà l'aplicació del tractament més eficaç.

Si són varies les persones que han menjat bolets, encara que hi hagi alguna que no presenti símptomes també ha de rebre assistència mèdica.

Els símptomes d'intoxicació varien segons l'espècie de bolet que l'ha produïda. Es poden presentar un o alguns d'aquests símptomes: dolors d'estómac, suor freda, vòmits, diarrees, vertígens, prostració, deliris i períodes alternatius de crisi i calma.

Els primers símptomes poden aparèixer al cap de poca estona d'haver menjat els bolets o passades algunes hores.



PER A MÉS INFORMACIÓ:

Podeu consultar les espècies de bolets tòxics més freqüents en les nostres comarques al web del Departament de Salut.

Departament de Salut - Salut Alimentària - Bolets

http://www.gencat.net/salut/depsan/units/sanitat/html/ca/aliments/csam_6.htm

Trobareu informació sobre com collir-los per protegir l'entorn natural al web del Departament de Medi Ambient.

Bolets als boscos de Catalunya

<http://www.gencat.net/mediamb/pn/bosc/cboscp06.htm>

Tanmateix, podeu consultar les següents adreces d'interès:

Societat Catalana de Micologia <http://www.micocat.org>

Associació Micològica Joaquim Codina. <http://www.grn.es/amjc>

Els Bolets de la Garrotxa <http://www.arquired.es/users/boletsweb/>

Bolets info: <http://www.bolets.info/>

Institut d'Estudis Ilerdencs; secció micologia: <http://www.fpiei.es/Micologia/micologia.htm>

Taller de Micologia <http://www.idsetas.com/>