GUIA PARA CONSUMIR PESCADO *del* ARROYO GUADALUPE

(CONDADO DE SANTA CLARA)

Coma el Pescado Bueno
Comer pescado que es bajo en productos químicos puede proporcionar beneficios para la salud de los niños y adultos.

Evite el Pescado Malo
Comer pescado con altos niveles de productos químicos como mercurio o PCBs puede causar problemas de salud en niños y adultos.

Elija el Pescado Mejor
Los productos químicos pueden ser más perjudiciales para los bebés por nacer y niños.

Mujeres (18-49 Años) **Niños** (1-17 Años)	**Mujeres** (50+ Años) **Hombres** (18+ Años)
NO LA CONSUMA	**NO LA CONSUMA**

TODO EL PESCADO