GUIA PARA CONSUMIR PESCADO *del* EMBALSE DE ARROYO STEVENS (STEVENS CREEK)

(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)
Mojarra (Crappie)	**0** NO LA CONSUMA	**1** PORCION EN TOTAL A LA SEMANA
Especies de Róbalo Negro (Black Bass Species)	**0** NO LA CONSUMA	**0** NO LA CONSUMA

Mojarra (Crappie)

Especies de Róbalo Negro (Black Bass Species)

Una Porción

Una porción de pescado es aproximadamente del tamaño y grosor de su mano. Dé a los niños porciones más pequeñas.

Para Adultos

Para Niños

Oficina de Evaluación de Riesgos para la Salud Ambiental

web www.oehha.ca.gov/fish
email fish@oehha.ca.gov
phone (916) 324-7572
Spanish

Coma sólo el filete sin piel

Coma sólo la carne

Algunos productos químicos son más altos en la piel, la grasa y las tripas.