
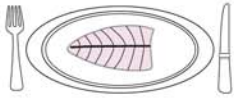



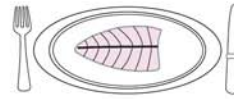







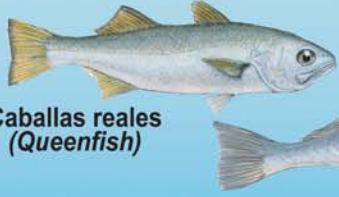




Recomendaciones para el consumo del pescado y para reducir la exposición del mercurio, DDTs y PCBs

 <p>Barracuda (Barracuda)</p>			<p>Para las dos zonas</p>  <p>2 - 4 comidas por mes</p>	
 <p>Mackerel (Pacific [chub] mackerel)</p>	 <p>Esperlan (Top smelt)</p>	 <p>Bonito (Bonito)</p>	 <p>4 comidas por mes</p>	
 <p>Escorpinas/Percas de rasaca (Rockfish)</p>	 <p>Tilapia/Mojarra (Surf perch)</p>	 <p>Serran de algas (Kelp bass [calico bass])</p>	<p>Zona roja</p>  <p>1-2 comidas por mes</p>	<p>Zona amarilla</p>  <p>4 comidas por mes</p>
 <p>Pez escorpión (Sculpin, [scorpionfish])</p>	 <p>Verrugato negro (Black croaker)</p>	 <p>Caballas reales (Queenfish)</p>		
 <p>Umbrina del Pacifico [Liza] (White croaker [kingfish, tomcod])</p>			<p>¡No consuma!</p>	 <p>2 comidas por mes</p>

Graphics courtesy of Cabrillo Marine Aquarium, NOAA and Montrose Settlements Restoration Program. Artist: Evie Templeton. Technical advisor: M. James Allen (SCCWRP).

NOTA

No consuma esta clase de pescados más de 4 veces por mes. Estas sugerencias se aplican a cualquier combinación de los diferentes pescados. Por ejemplo, si comió 2 comidas del pescado bonito y 2 comidas de caballas reales en este mes, no debe consumir más pescado de los nombrados arriba.

Esta información está basada en las recomendaciones dadas por el State's Consumption Advisories para DDT's y PCBs y directivos nacionales para el mercurio.

