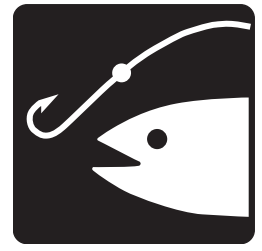


¡ADVERTENCIA!

Comer pescado del Columbia Slough puede ser perjudicial.

El pescado es una excelente fuente de proteínas. Sin embargo, algunos peces del Columbia Slough pueden estar contaminados con sustancias químicas, como bifenilos policlorados (PCB), sustancias químicas perfluoroalquílicas y polifluoroalquílicas (PFAS) y pesticidas. La Autoridad de Salud de Oregón (OHA) recomienda que se consuma **solo 1 ración de filete al mes** de pescado proveniente de la Slough, a excepción del *Catostomus macrocheilus* (large-scale sucker). El pescado debe limpiarse y prepararse como se muestra en el reverso de este folleto.

Pesque de forma inteligente. Coma de forma segura.



**Fish Smart.
Eat Safe.**



¿Qué pescado debo comer menos?

Puede comer **solo 1 ración de filete** al mes de casi todos los pescados provenientes de la Slough, como los que se muestran a continuación.

**Solo filete
1
al mes**



Carp / Carpa



Black Crappie / Robaleta negra



Largemouth Bass / Lobina negra



Bluegill / Mojarra oreja azul



Sunfish / Pez luna



Large-scale sucker

Puede comer **solo 2 raciones de filete** del large-scale sucker al mes.

¿Quién corre más riesgo?

- Las mujeres que puedan embarazarse
- Los embriones en gestación, los bebés en lactancia y niños menores de 6 años de edad
- Las personas que consumen altas cantidades de pescado de la Slough



¿Cuáles son los posibles riesgos para la salud por comer pescado contaminado con PCB y pesticidas?

- Daños al cerebro y al desarrollo del sistema nervioso de los niños
- Daño a los sistemas reproductivo e inmunológico
- Mayor riesgo de cáncer
- Aumento de los niveles de colesterol y riesgo de obesidad



La OHA actualizó la alerta sobre el pescado del Columbia Slough en 2022.

