



Mujeres
(18-49 Años)

Niños
(1-17 Años)

**NO LO
CONSUMA**



Mujeres
(50+ Años)

Hombres
(18+ Años)

**NO LO
CONSUMA**

GUIA PARA CONSUMIR PESCADO *del* ARROYO OSO (BEAR CREEK)

(CONDADO DE COLUSA)

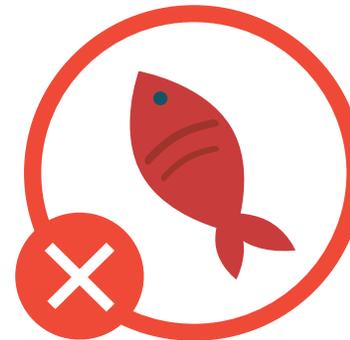
**Coma el
Pescado Bueno**
Comer pescado que
es bajo en
sustancias químicas
puede proporcionar
beneficios para la
salud de los niños y
adultos.



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



**Elija el
Pescado Mejor**
Las sustancias
químicas
pueden ser más
perjudiciales para
los bebés por
nacer y niños.



TODOS LOS PESCADOS Y MARISCOS