

# Saginaw Bay Fish

Proteja la salud de su familia – Antes de comer, no se le olvide ver

## Mujeres de edad de concebir y niños menores de 15 años:

- **No coma** pescado de gato (catfish), pescado carpa (carp), trucha del lago (lake trout), pescado bajo blanco o boca chica (white bass or smallmouth bass)
- **No coma** trucha café (brown trout), “walleye” o pescado blanco (whitefish) si es de 18 pulgadas o más de largo
- **No coma** órganos internos del pescado

### Puede hacer uno de los siguientes:

**Comer** una vez por semana, percha amarilla (yellow perch) o lota del río (burbot),

○

**Comer** una vez por semana, pescado blanco (whitefish) menos de 18 pulgadas,

○

**Comer** una vez al mes, salmón Chinook, salmón coho, trucha arcoiris (rainbow trout), o pescado cabeza de acero (steelhead),

○

**Comer** una vez al mes, pescado “walleye” o trucha café (brown trout), menos de 18 pulgadas,

○

**Comer** una vez al mes otro tipo de pescado de la Bahía Saginaw, no cubierto en este anuncio.

## El resto de la población:

- **No coma** pescado de gato (catfish), pescado carpa (carp), o pescado bajo blanco (white bass)
- **No coma** trucha de lago (lake trout) que sea más de 26 pulgadas de largo o pescado blanco (whitefish) de 22 pulgadas o más de largo
- **No coma** órganos internos del pescado
- **Puede comer** cuando guste; percha amarilla (yellow perch), salmones Chinook y coho, trucha arcoiris (rainbow trout), pescado cabeza de acero (steelhead), y lota del río (burbot)
- **Puede comer** cuando guste, siempre y cuando sean de 18 pulgadas o menos; trucha café (brown trout), “walleye”, o pescado blanco (whitefish)

### O puede hacer uno de los siguientes

#### **Coma una vez por semana:**

Pescado bajo boca chica (smallmouth bass),

○

- Trucha de lago (lake trout) de 26 pulgadas o menos, ó
- Pescado blanco (whitefish) entre 18 y 22 pulgadas de largo, ó
- Trucha café (brown trout) mas de 18 pulgadas de largo, ó
- “Walleye” más de 18 pulgadas.

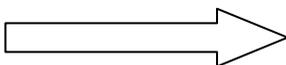
○

Otro tipo de pescado no cubierto en este anuncio.



**Al remover la grasa del pescado también remueve los químicos en el pescado. Cocine el pescado de manera que la grasa se disuelva (como a la parrilla).**

Para más información, contacte:



Michigan Department of  
Community Health, at:  
800-648-6942



Saginaw County  
Department of Public  
Health, at:  
989-758-3800



989-895-4009