

# Reseva de agua Starvation

Guía para el consumo seguro de pescado



**Adultos\***

Una porción  
8 oz

**6** Comidas  
máximas  
por mes

0

**3** Comidas  
máximas  
por mes



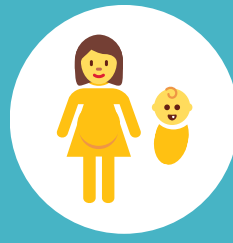
**MEF\*\***  
Niños 6-16 yrs

Una porción  
8 oz

**2** Comidas  
máximas  
por mes

0

**1** Comidas  
máximas  
por mes



**Mujeres embarazadas**  
Niños <6 yrs

Una porción  
4 oz

**No comer**

0

**No comer**

## ¿Por qué debo de usar esta guía ?

Los peces en la reserva de agua Starvation tienen un alto nivel de mercurio, lo que puede ser dañino para la salud si se consume en grandes cantidades. El mercurio es un elemento metálico que puede dañar su salud. Las mujeres embarazadas y los niños menores de seis años corren un mayor riesgo a los efectos nocivos del mercurio.

## ¿Cómo se puede reducir este riesgo?

Aunque el mercurio no se puede eliminar al limpiar o cocinar el pescado, usted puede seguir las recomendaciones de consumo que aparecen a la izquierda. En lugar, siga las recomendaciones de comidas mensuales que aparecen a la izquierda para comer pescado de la reserva de agua Starvation de forma segura.

**Lobina de boca pequeña**



**Pez leucoma**



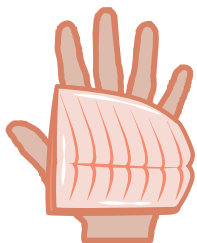
\***Adultos**—Hombres mayores de 16 años; Mujeres mayores de 50 años.

\*\***MEF**—Mujeres en edad fértil (16-50 años.)

## Una porción

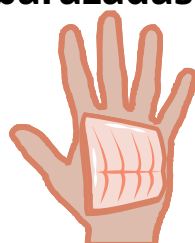
Una porción de pescado es aproximadamente del tamaño y grosor de su mano. Las mujeres embarazadas o lactantes y los niños deben consumir una porción más pequeñas.

**Para adultos**



**8 onzas**

**Para niños y mujeres embarazadas**



**4 onzas**

## Contáctenos

**Salud y Servicios Humanos:** [EEP@utah.gov](mailto:EEP@utah.gov)

**Calidad de Medio Ambiente:**

[deqinfo@utah.gov](mailto:deqinfo@utah.gov)

**Recurso Natural:** 801-538-4700

