

¿Cuáles son los pescados de Wisconsin que puedo comer?

(Which Wisconsin Fish Should I Eat?)



Los pescados que se pescan en Wisconsin son una buena fuente de proteínas, vitaminas y grasas saludables. Pero la mayoría de los pescados tienen contaminantes, o sustancias químicas peligrosas, que pueden dañar el organismo si se consumen en grandes cantidades. Utilice esta guía para tomar decisiones más seguras a la hora de consumir pescados que provengan de las aguas de Wisconsin.

Una ración = la palma de la mano de un adulto

(4 onzas o 115 gramos)

Siempre sirva raciones más pequeñas a los niños.



Algunas cuencas tienen sus propias advertencias.
Escanee el código QR para buscar su área de pesca:















Consejos para la mayoría de las cuencas dentro de Wisconsin (excepto los Grandes Lagos)



Población vulnerable



Población general

| | | |
|---|----------------------------|----------------------------|
| <p>Las mejores opciones</p> <p>Lobina de roca</p>  <p>Brema</p>  <p>Robaleta</p>  <p>Pez luna</p>  <p>Charrasco</p>  <p>Perca amarilla</p>  <p>Trucha de aguas interiores</p>  | <p>1 ración por semana</p> | <p>Sin límite</p> |
| <p>Buenas opciones</p> <p>Leucoma</p>  <p>Otros tipos de lubinas</p>  <p>Pez gato</p>  <p>Lucios</p>  <p>Y todas las demás especies que no se enumeran aquí</p> | <p>1 ración por mes</p> | <p>1 ración por semana</p> |
| <p>Evitar</p> <p>Muskallonga</p>  | <p>No consumir</p> | <p>1 ración por mes</p> |

Población vulnerable: personas que puedan quedar embarazadas, que estén embarazadas o en período de lactancia, y los menores de 15 años

Población general: el resto de las personas



WISCONSIN DEPARTMENT of HEALTH SERVICES

Wisconsin Department of Health Services
Bureau of Environmental and Occupational Health
P-03622CS (06/2024)

Las imágenes de peces son cortesía de John Lyons y Wisconsin Sea Grant
(Subvención para actividades marinas de Wisconsin)