

# ADVERTENCIA:

Pesque, Comparta, y Prepara Responsablemente



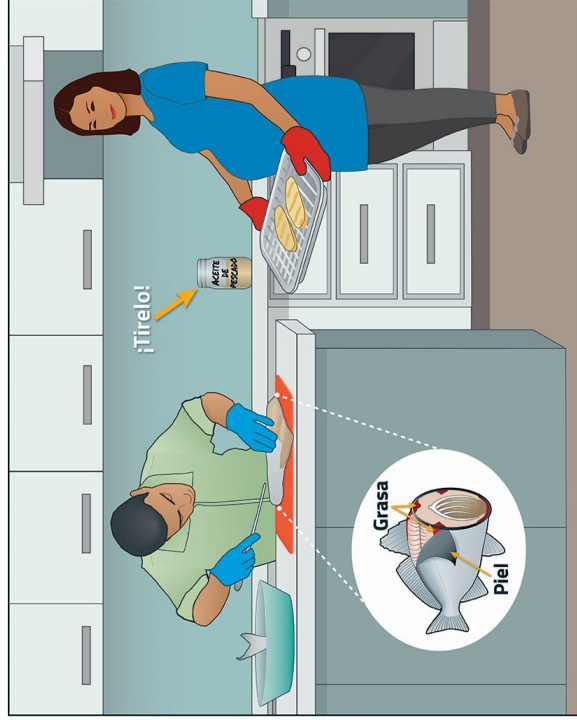
## Escoge Los Peces Más Seguros

Reten los especies de pez con menos contaminación.



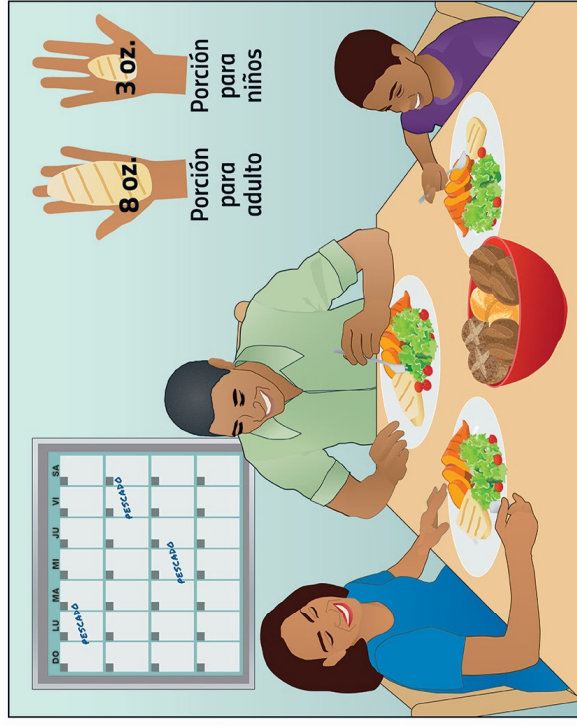
## Comparte Los Pescados Más Seguros

Pescados contaminados pueden causar cáncer, problemas de desarrollo y otros daños a las mujeres embarazadas y los niños y adultos.



## Prepara El Pescado Seguramente

Quite la piel y la grasa antes de cocinar.  
Tire el aceite despues de cocinar.



## Disfrute El Pescado Seguramente

Sigue los avisos locales. Coma una porción del tamaño sugerido. No exceda la frecuencia sugerida.

**Para El Salud de Sus Amigos y Su Familia**

Ve [www.chesapeakebay.net/news/blog/where\\_can\\_i\\_find\\_fish\\_consumption\\_advisories](http://www.chesapeakebay.net/news/blog/where_can_i_find_fish_consumption_advisories)  
para mas información sobre el consumo de pescado seguro donde ud vive.

