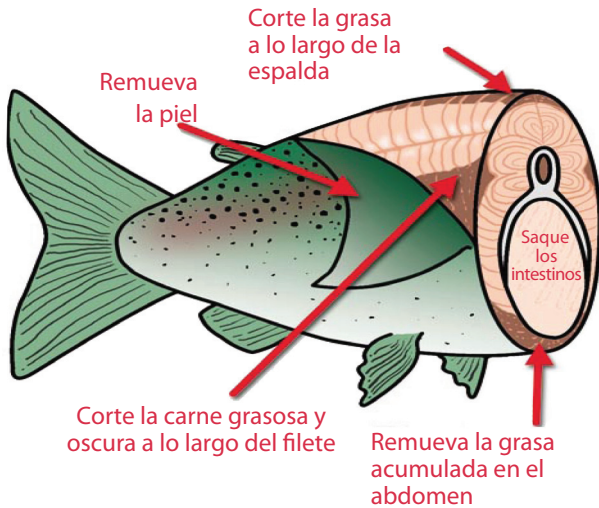


Un modo sano de preparar el pescado

Dioxinas y PCBs se acumulan generalmente en el tejido graso de los mariscos. Usted puede reducir el nivel de exposición usando las siguientes técnicas:

- Remueva la piel, la delgada capa de grasa bajo la piel, los intestinos, la grasa acumulada en el abdomen y en la espalda; y la carne grasosa y oscura a lo largo del filete.
- Hornee o dore el pescado.
- No use el pescado entero, la grasa, la piel o los órganos para sopas o guisos.
- No consuma las partes verdosas y suaves.



NO CONSUMA la piel, el tejido graso, ni el hígado del pescado o jaiba proveniente del Canal De Houston y la Bahía de Galveston.

Usted puede estar expuesto a químicos tóxicos.

Solucionando el Problema

En respuesta al problema relacionado con las dioxinas y PCBs, la Comisión de Calidad Ambiental de Texas (TCEQ) y el Consejo del Área Houston-Galveston (H-GAC), iniciaron el proyecto "Máxima Carga Total Diaria" (TMDL) en el Canal de Houston y La parte norte de la Bahía de Galveston para:

- Identificar la fuente de dióxido y PCB
- Desarrollar un plan para reducir los niveles de dióxido.

El grupo de Actores Interesados en el Canal de Houston está aconsejando a TCEQ y H-GAC en este proyecto. El grupo incluye representantes gubernamentales, instalaciones industriales, agricultoras, de negocios, ambientales e intereses comunitarios en el Canal de Houston y la Bahía de Galveston.

Información Adicional



www.dshs.state.tx.us/seafood
512-834-6757



http://galvbay.org/advocacy_seafood.html



www.h-gac.com/dioxintmdl



www.tceq.state.tx.us/implementation/water/tmdl/26-houston_group.html

ADVERTENCIA SOBRE
MARISCOS

PESCADO Y JAIBA

ADVERTENCIA SOBRE EL
CONSUMO DE MARISCOS

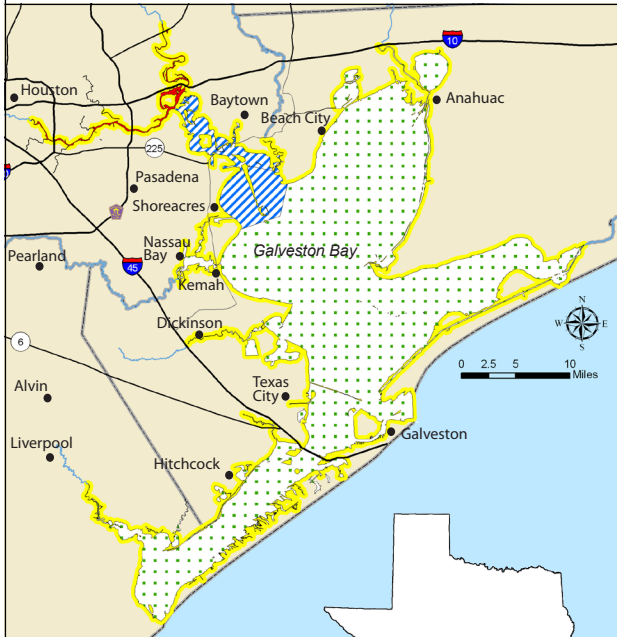


CANAL DE HOUSTON Y LA
BAHÍA DE GALVESTON




Dioxinas y Bifenilos policlorados (PCBs) han sido encontrados en jaibas y pescados *

EN EL CANAL DE HOUSTON Y LA BAHÍA DE GALVESTON

Áreas contaminadas con PCBs y Dioxinas



Especies Afectadas

-  Todas las Especies de Pescado, Trucha y Jaiba
-  Todas las Especies de Bagre, Trucha y Jaiba
-  Todas las especies de Bagre y Trucha

* De acuerdo con el Departamento de Servicios de Salud de Texas

Advertencia Sobre el Consumo de Mariscos

El Departamento de Servicios de Salud de Texas ha publicado una advertencia sobre el consumo de mariscos en el Canal de Houston y la Bahía de Galveston.

- Los adultos no deben consumir más de 8 onzas al mes de mariscos provenientes de estas áreas.
- Mujeres lactando, embarazadas o que pueden quedar embarazadas, y niños menores de doce años no deben consumir mariscos provenientes de estas áreas.

Mariscos Pueden Contener Dioxinas y PCBs

Dioxina es un término que hace referencia a un grupo de químicos presentes en el medio ambiente. Esta sustancia no tiene ningún uso constructivo y es el subproducto de algunas actividades industriales. El exhosto de vehículos, incendios forestales y quemas de basura también liberan dioxinas en el aire.

PCBs, o Bifenilos policlorados, son químicos creados por el ser humano. A pesar su producción fue prohibida en 1970, continúan difundiendo en el medio ambiente a través de derrames, fugas ó manejo inapropiado de los mismos.

Los PCBs y dioxinas se acumulan en los peces a través de agua y sedimento contaminados o ingestión de otras formas de vida acuática que ya han sido contaminadas.

La exposición a Dioxinas y PCBs es Peligrosa

Las Dioxinas y PCBs permanecen en humanos y animales por años. La exposición ocurre cuando se consume alimentos contaminados con estas sustancias. Mujeres embarazadas o en periodo de lactancia son especialmente vulnerables y pueden transmitir la contaminación al feto o al bebé.

Potenciales Problemas de Salud Relacionados con Exposición

- Problemas del sistema inmunológico.
- Daño del hígado
- Desordenes de la glándula tiroidea
- Diabetes tipo 2
- Problemas con el sistema digestivo
- Fatiga y dolores de cabeza
- Alergias y problemas en la piel
- Desordenes nerviosos (problemas con el sistema motriz)
- Endometriosis y ciclos menstruales irregulares.
- Defectos de nacimiento.
- Defectos en el desarrollo y procesos de aprendizaje.

Pescado y Jaiba Que Pueden Contener Dióxido o PCB

- Pescado grasoso (como el bagre)
- Pescado encontrado cerca a áreas industriales.

Las glándulas y órganos de pescados y jaibas pescados en el canal de Houston y la Bahía de Galveston pueden contener altos niveles de contaminación y no deben ser consumidos.

Reduzca su Exposición a Químicos Tóxicos

- Consuma pescado proveniente de diferentes lugares para reducir el riesgo de exposición a cualquier contaminante.
- Consuma diferentes especies de pescado.
- Consuma pescado pequeño y fresco. (El pescado pequeño y fresco generalmente tiene menos contaminantes que el pescado grande y viejo.