

Para publicación inmediata: 23 de marzo de 2023

(23-038-español)

Contacto: [Comunicaciones del DOH](#)

## **Actualización sobre el consumo de pescado: advertencia para el río Columbia**

*El DOH recomienda limitar las comidas con esturión y lamprea debido a los niveles de PCB y mercurio*

**OLYMPIA.** El Departamento de Salud del Estado de Washington (DOH, por su sigla en inglés) está emitiendo recomendaciones actualizadas de límites de consumo de esturión proveniente de la zona del curso bajo del río Columbia, además de una nueva advertencia de consumo de lamprea proveniente también del río Columbia debido a los altos niveles de [bifenilos policlorados](#) (PCB, por su sigla en inglés) (en inglés) y mercurio, que se encuentran por encima de los niveles de detección admisibles para la salud establecidos por el estado de Washington.

Consumir grandes cantidades de pescado contaminado con PCB y mercurio puede provocar efectos negativos en la salud con el paso del tiempo y puede producir problemas de aprendizaje y comportamiento. Las personas pueden transmitirles los PCB a los niños durante el embarazo y la lactancia. Los bebés y los niños pequeños son los más vulnerables a los efectos negativos que provocan estos contaminantes en la salud.

## **ACTUALIZACIÓN DE LA ADVERTENCIA SOBRE EL CONSUMO DE ESTURIÓN**

La [advertencia sanitaria del 7 de abril de 2022](#), que se extiende río arriba desde la desembocadura del Columbia (A) hasta la presa de Bonneville (B) [\[1\]](#), se ha revisado de acuerdo con los resultados actualizados que obtuvo la [Autoridad de Salud de Oregón](#) (en inglés). En esta advertencia, se recomienda limitar el consumo de esturión debido a los niveles de contaminación por PCB en los tejidos de los peces. Se recomienda tener precaución y limitar el consumo cuando los contaminantes superen los niveles de detección admisibles para la salud establecidos por el estado de Washington.

Una porción de comida con esturión es proporcional al tamaño de la palma de la mano. Las recomendaciones actualizadas sobre el límite de porciones de comidas con esturión proveniente del curso bajo del río Columbia son las siguientes:

- No más de 4 porciones al mes en el caso de las personas embarazadas y lactantes, y los niños.
- No más de 6 porciones al mes en el caso de todos los demás adultos.

Sturgeon Advisory



## ADVERTENCIA SOBRE EL CONSUMO DE LAMPREA

El DOH también está emitiendo una advertencia para el consumo de lampreas del río Columbia debido a los niveles de PCB y mercurio obtenidos de los datos de los tejidos de los peces por parte de la Comisión Intertribal de Pesca del río Columbia. Los datos, de acuerdo con los [resultados que obtuvo la Autoridad de Salud de Oregón](#) (en inglés), indicaron la presencia de PCB y mercurio en niveles preocupantes en las lampreas para las poblaciones vulnerables (personas embarazadas, o lactantes y niños), y niveles elevados de PCB para todos los demás adultos.

Una porción de comida con lamprea es proporcional al tamaño de la palma de su mano. Las recomendaciones sobre el límite de porciones de comida con lamprea proveniente del río Columbia son las siguientes:

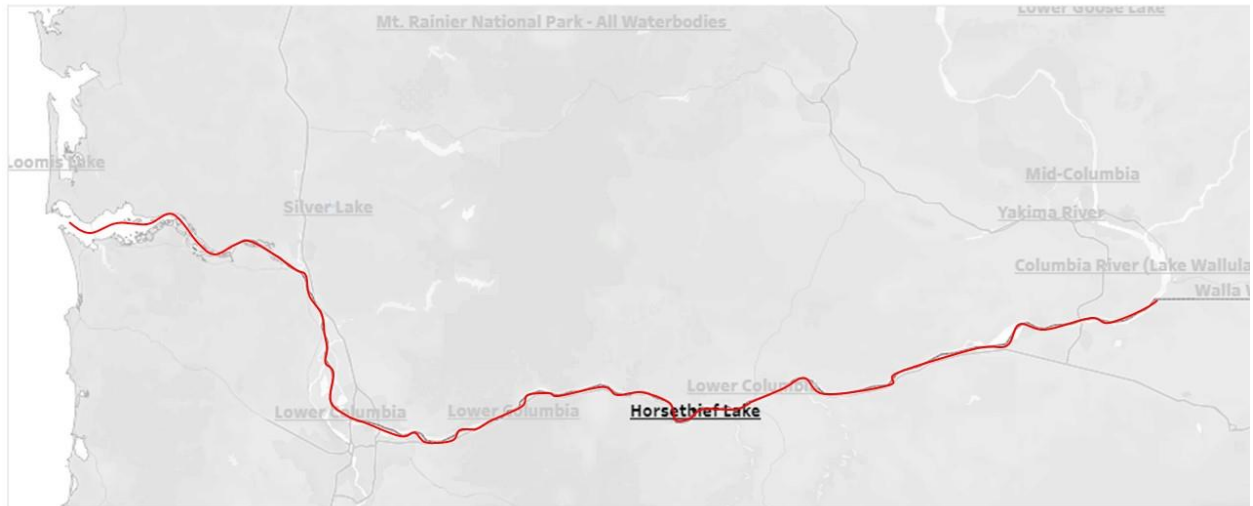
- No más de 2 porciones al mes en el caso de las personas embarazadas y lactantes, y los niños.
- No más de 4 porciones al mes en el caso de todos los demás adultos.

## Advertencia sobre el consumo de pescados del río Columbia

23 de marzo de 2023

Página 3

### Lamprey Advisory



Si bien es importante conocer los riesgos de consumir pescado con niveles elevados de contaminantes, el DOH no recomienda dejar de consumir pescado. Adoptar una dieta con diferentes tipos de pescado tiene [beneficios para la salud](#) (en inglés). El pescado tiene un contenido elevado de proteínas, un contenido bajo de grasas y es rico en nutrientes, tales como los ácidos grasos omega-3, que brindan protección contra las enfermedades cardíacas y tienen beneficios neurológicos. Además, la pesca y el consumo de pescado pueden tener beneficios sociales y culturales para el bienestar general las personas.

El DOH continuará evaluando y actualizando las advertencias sobre el esturión y la lamprea cuando se disponga de más información. Los pescadores pueden visitar la [página web de advertencias sobre pesca del DOH de WA](#) (en inglés) para obtener información sobre el río Columbia y otros ríos del estado de Washington.

El [sitio web del Departamento de Salud](#) es su fuente para una dosis saludable de información. Encuéntrenos en [Facebook](#) y síganos en [Twitter](#) (solo en inglés). Suscríbese también al blog del Departamento de Salud [Bienestarwa](#).

###