

De boca en boca

La Pesca y la Salud

¡Lea el
aviso!



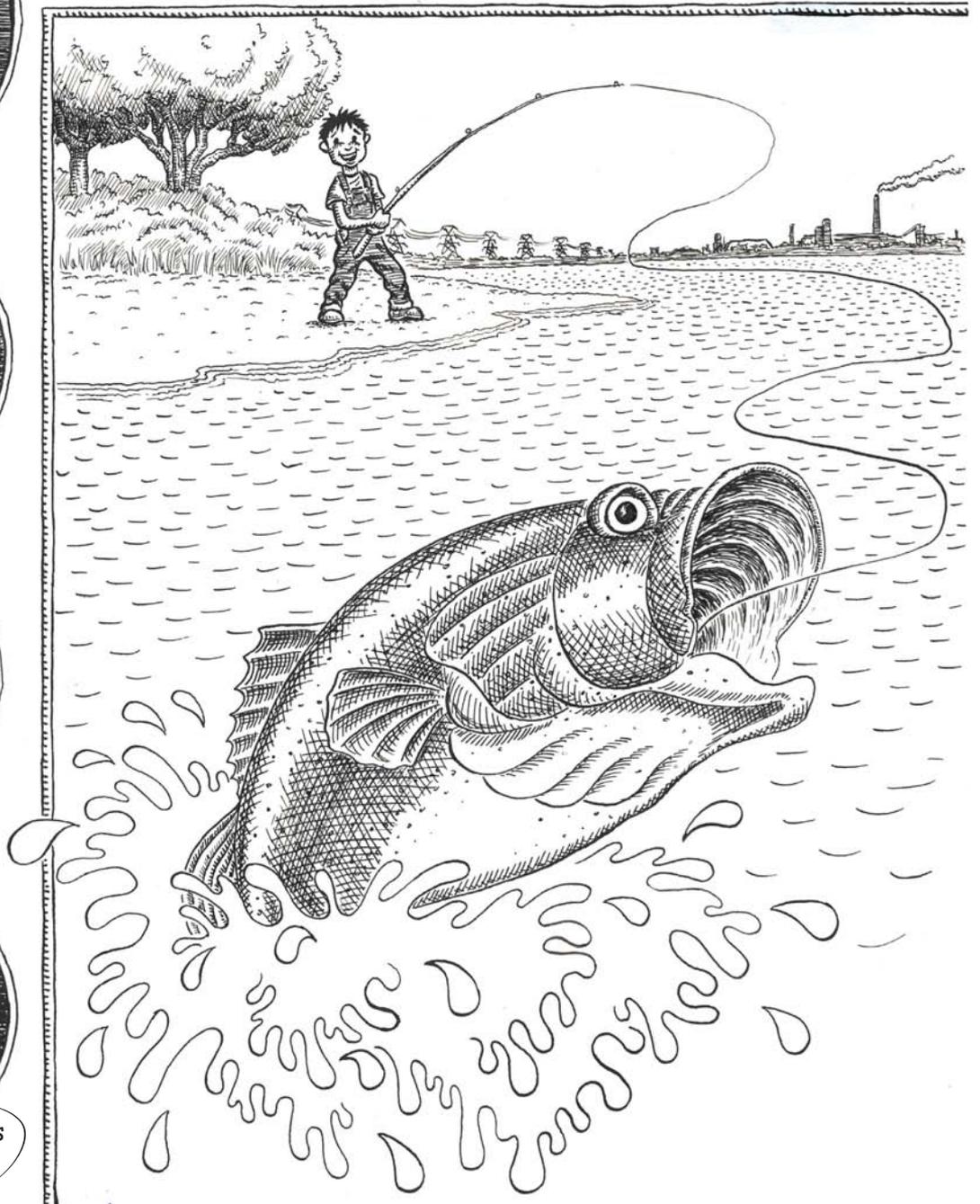
¡Quite la
grasa!



Áselo al horno, a
fuego directo o a
la parrilla.



¡Ojo con las
porciones!



A los que pescan en la región de Calumet les encanta estar al aire libre y compartir con la familia y amigos.



Nos reunimos con amigos.*

Cuando sólo somos los dos, no comemos mucho pescado.*

Me gusta pescar, pero más me gusta comer pescado.*

A los chicos les gusta salir a pescar. No sé si es el agua o el aire limpio, pero se emocionan mucho.*

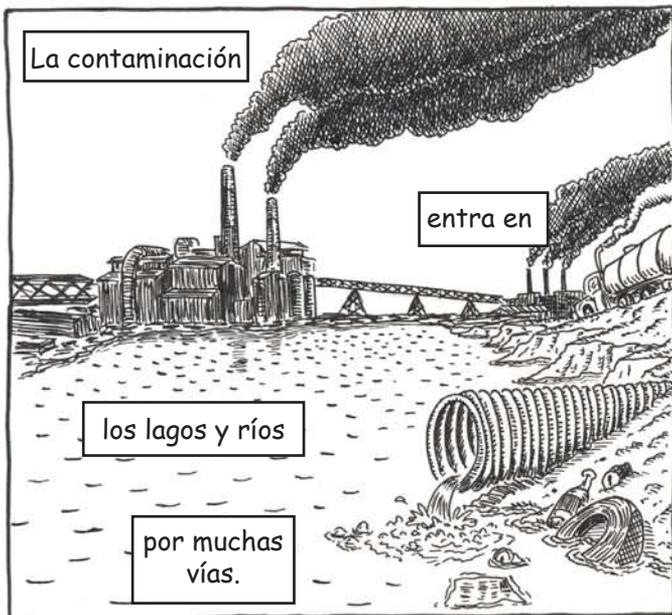
Los pescadores conocen el medio ambiente local, los mejores lugares para pescar y algunos trucos para encontrar los peces que más les gustan.

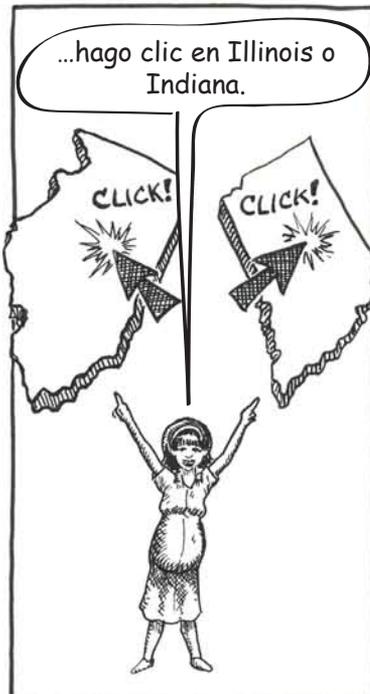
Aquí estamos rodeados por la naturaleza. Incluso hay castores y murciélagos.*

Aquí hay algunos consejos para asegurar una buena pesca y una buena alimentación en la región de Calumet.

* Citas de pescadores de la región de Calumet.







Consejos para el consumo de pescado contaminado con policlorobifenilos (PCB):
2010 www.idph.state.il.us/envhealth/factsheets/fishadv.htm

Masa de agua	Especie de pez	Una vez por semana	Una vez por mes	Seis veces por año	No comer
Lago Wolf del Condado Cook	Carpa	De todo tamaño	De todo tamaño		
	Bagre de canal				

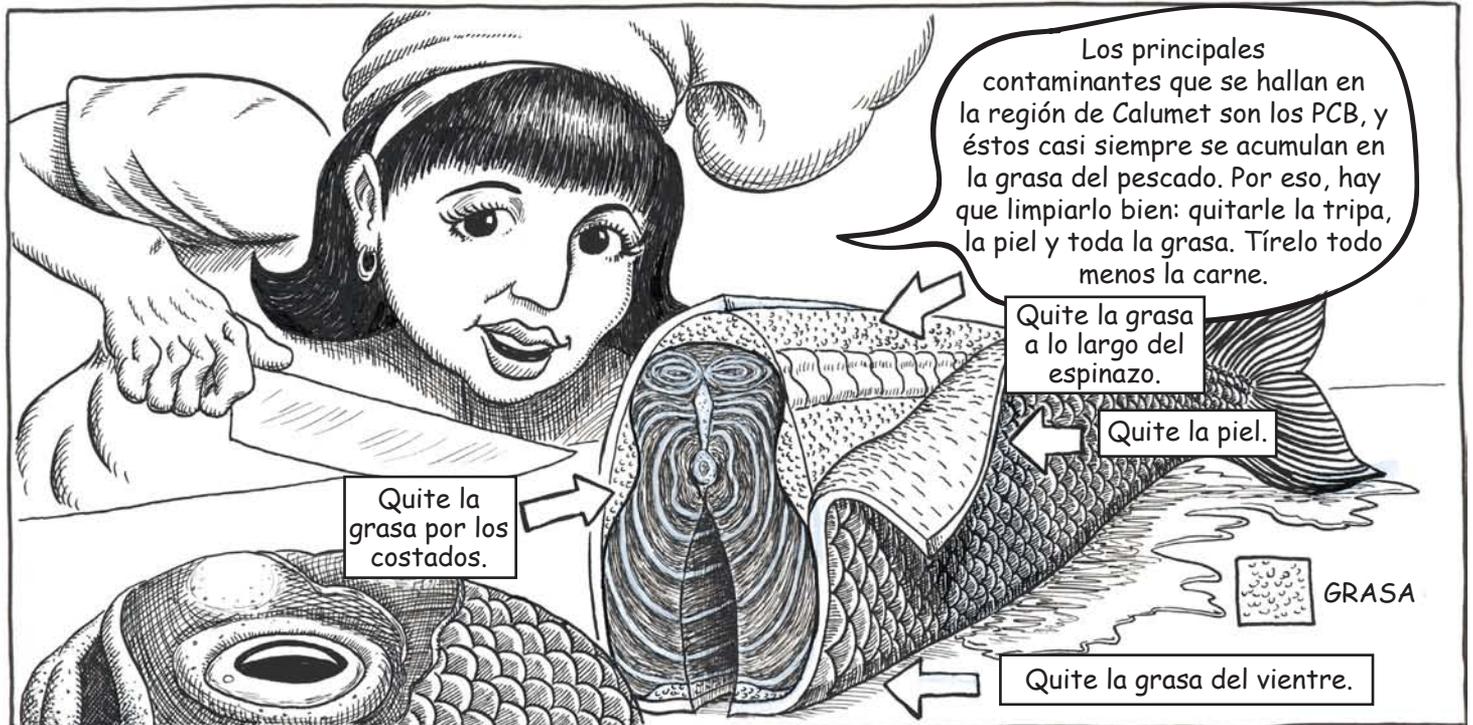


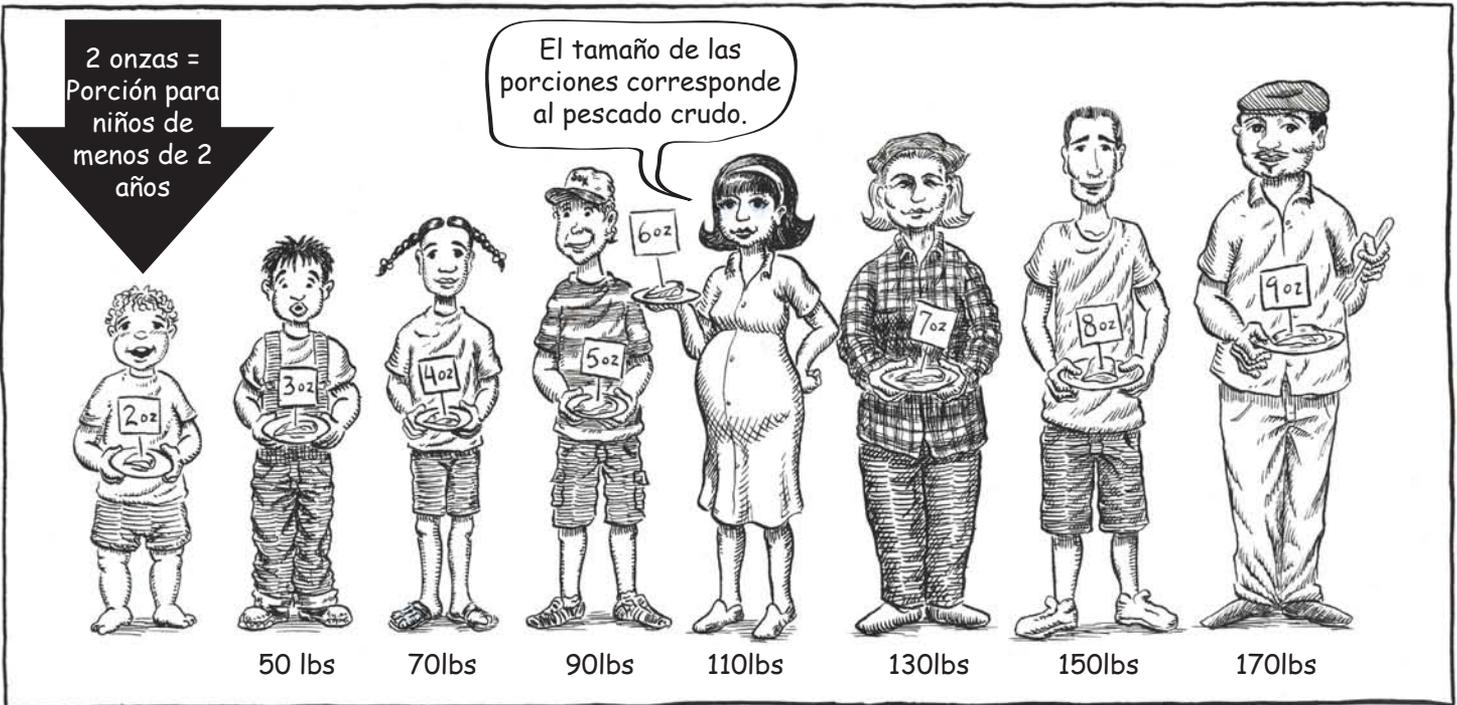
¿Qué quiere decir exactamente una vez por semana o por mes, o seis veces por año?

Por ejemplo, la carpa del Lago Wolf. Si Manny o yo la comemos una vez, debemos dejar pasar un mes antes de comer cualquier otro pescado deportivo.



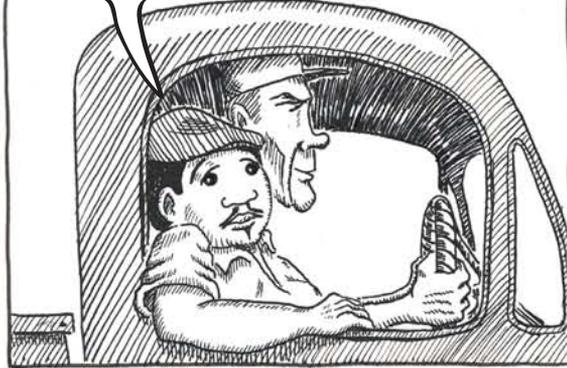
Si algún pescado no figura en el aviso, no quiere decir que se lo pueda comer sin límite. ¿Verdad, Manny?





A la semana siguiente...

Y el que está pescando en aquel estanque, es José, ¿no?



Así es. Vamos a parar.



Hola, José. ¿Qué tal?

¿Qué estás pescando?

¡Hola, amigos!
¡Vengan! Hay un montón de lobinas.



¡Híjole! Tienes razón.

¿Qué vas a hacer con ellas?



Pues, ¡comérmelas!



Yo no comería nada que sale de los estanques que están al lado de la carretera.

¿Por qué no?



Porque probablemente está contaminado con residuos de la industria y la carretera.



¿Por qué no vienes con nosotros? Vamos al Lago Powderhorn.

Echa tus cosas en la palangana y súbete.



Pero antes de irnos, debes devolver esos peces al agua.

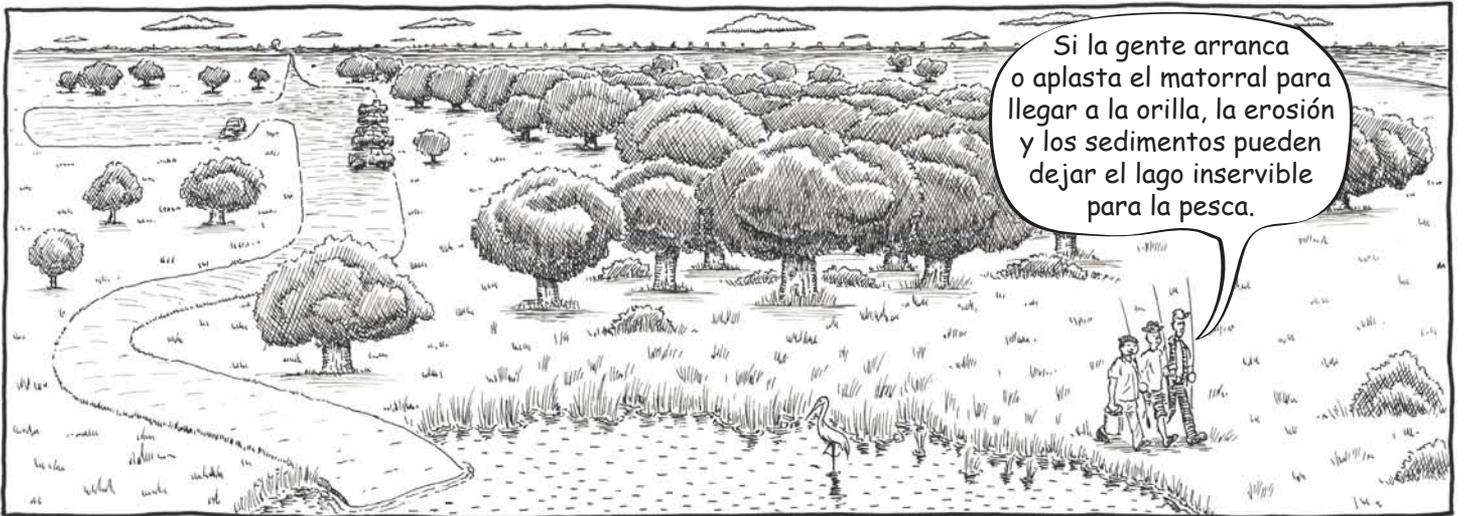
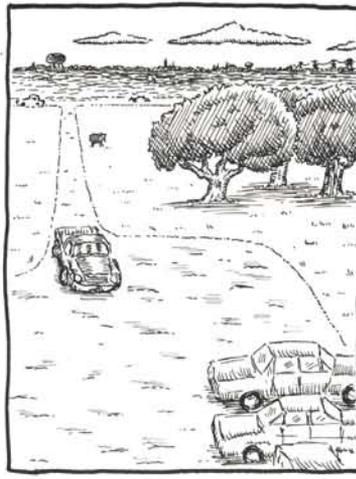


Exacto. Si se transportan los peces de un lugar a otro, pueden contagiar enfermedades a otros peces.



...como el virus VHS. Está matando peces por todo el centro del país.





Después de un hermoso día, nuestros pescadores regresan al auto.



¿Qué hace él?



Parece que está limpiando su lancha con jabón y agua.



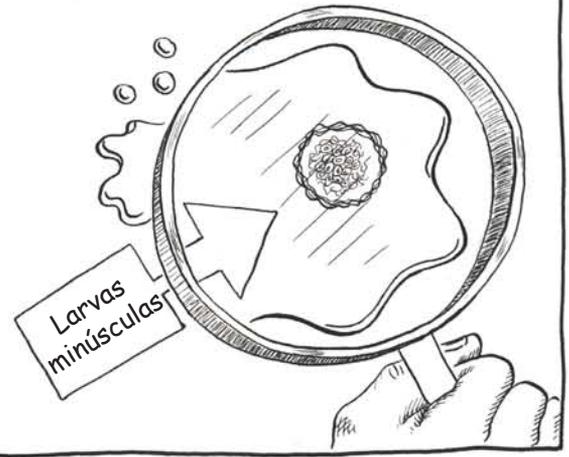
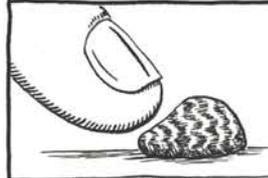
Quiere quitar los mejillones cebra y sus larvas. Así no los lleva de un lago a otro.



Pueden sobrevivir muchos días fuera del agua. Aquí hay uno.



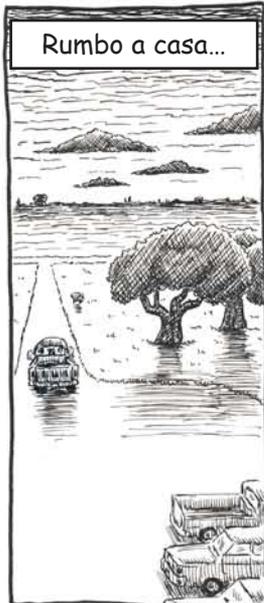
Los mejillones cebra pueden arruinar los lagos comiendo todo lo que encuentran en los primeros eslabones de la cadena alimentaria.



Estoy muy cansado. Mañana lavaré mi equipo con jabón y agua caliente.



Rumbo a casa...



Gracias. Lo pasé muy bien. Creo que necesito aprender un poco más antes de salir otra vez.



¡Es fácil! Puedes empezar con la información que está en el dorso de esta revista.



Recursos informativos

Información y consejos sobre la pesca deportiva y el consumo de pescado

A veces los recursos informativos pueden comunicar las mismas ideas de forma muy diferente, incluso hasta tal punto que parecen contradictorios. No se preocupe. Puede seguir los consejos que le parezcan más adecuados.

"Fish4Health.net"

<http://fn.cfs.purdue.edu/fish4health/>

- Consejos para el consumo de pescado capturado en Illinois, Indiana y casi todos los otros estados
- Información en español
- Videos sobre cómo limpiar y cocinar el pescado
- Consejos sobre el consumo de pescado comercial

Illinois Department of Natural Resources:

<http://dnr.state.il.us/fish/digest/> (2010 Illinois Fishing Information)

- Disponible en forma impresa en lugares donde se venden licencias de pesca

Indiana Department of Health:

<http://www.in.gov/isdh/23650.htm>

- Enlace al sitio web de la Agencia de Protección Ambiental y sus actividades de aprendizaje interactivo

Mucho del contenido de la presente revista se elaboró sobre la base de las investigaciones realizadas en el verano de 2002 y 2003, en colaboración con los pescadores de la región de Calumet y sus familias. El informe final de las investigaciones se encuentra en www.humanecologyreview.org/pastissues/her151/westphaletal.pdf.

¿Preguntas o comentarios?

Comuníquese con Mario Longoni a mlongoni@fieldmuseum.org

Ilustrada por Bobby Garro Sutton

La producción de la revista fue financiada en parte por:
Gaylord and Dorothy Donnelley Foundation
U.S. Forest Service, Northern Research Station

Una publicación de:

The **Field**
Museum

Environment Culture and Conservation
A Division of Science

