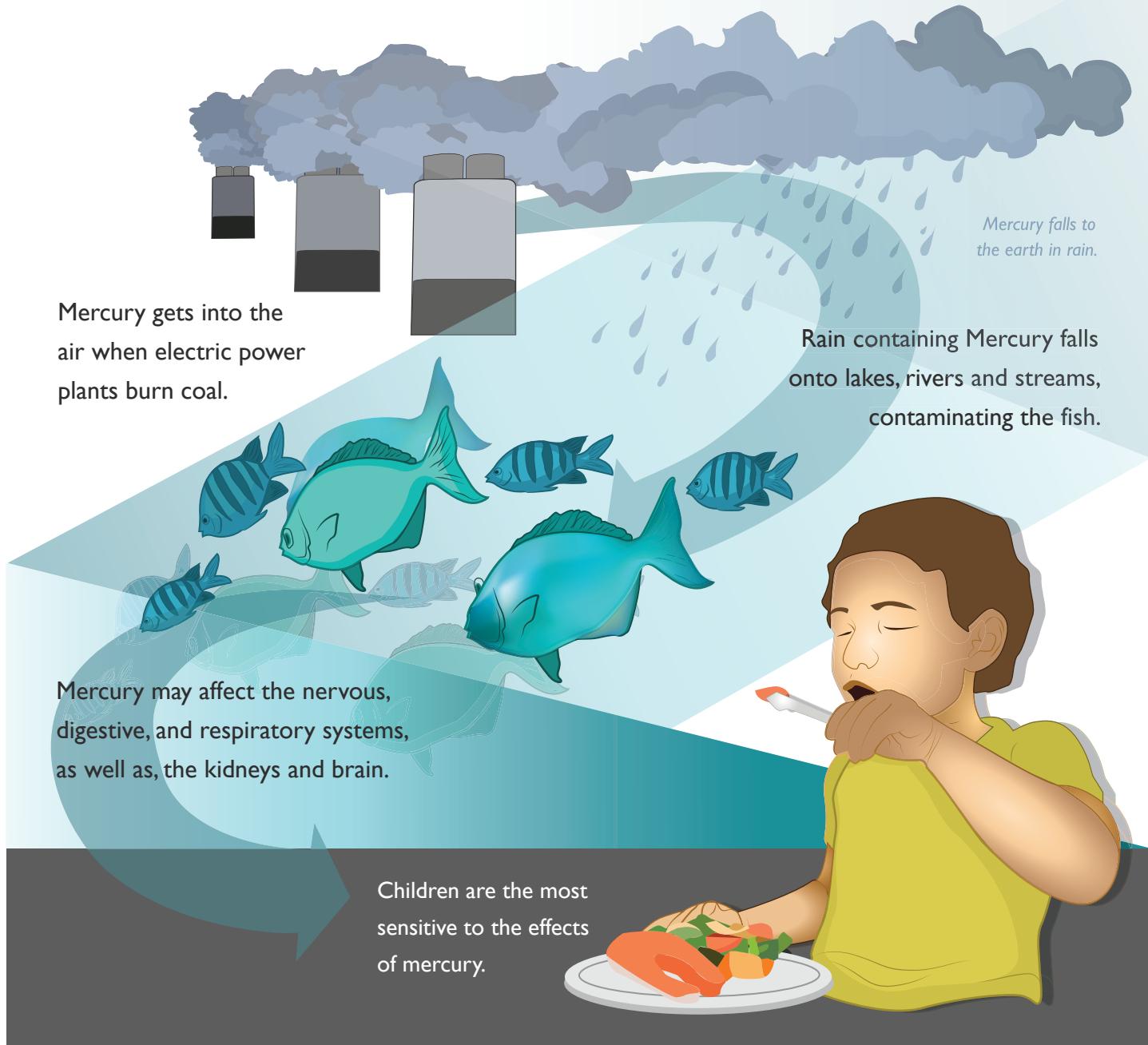




MERCURY IN FISH



DO

Fish LOW in Mercury

- Scallops
- Sardinas
- Salmon
- Tilapia
- Sole
- Shrimp
- Flounder
- Herring
- Pollock
- Mussels
- Trout
- Oysters

Fish is good for children, but to reduce risks of mercury

DO THIS

AVOID THIS

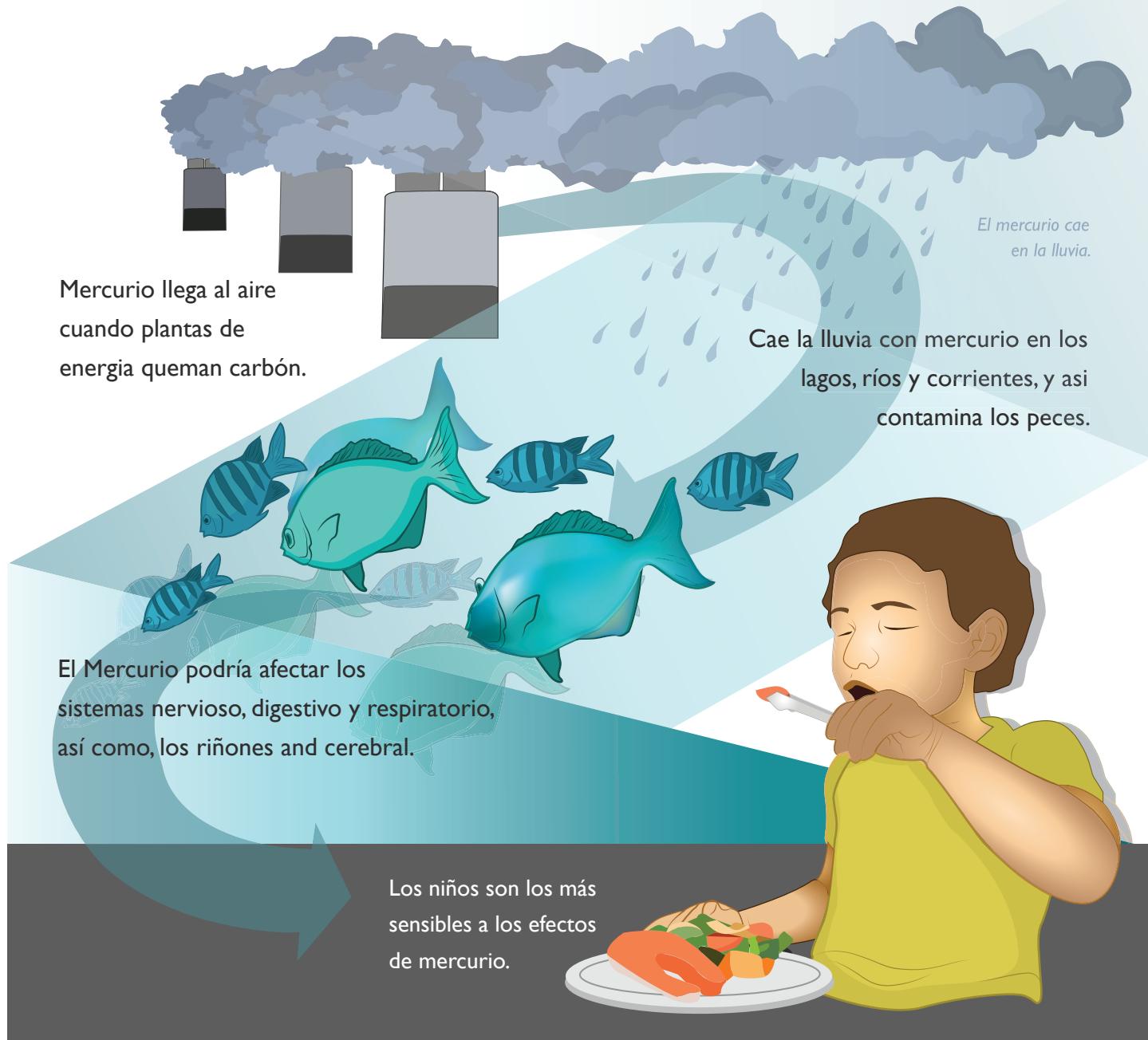
AVOID or Reduce

Fish HIGH in Mercury

- Shark
- Filefish
- Swordfish
- Bluefish
- Marlin
- King Mackerel



MERCURIO EN PESCADO



USE	Pescado BAJO en Mercurio
<input checked="" type="checkbox"/> Vieria	<input checked="" type="checkbox"/> Sole
<input checked="" type="checkbox"/> Sardinas	<input checked="" type="checkbox"/> Camarón
<input checked="" type="checkbox"/> Salmón	<input checked="" type="checkbox"/> Flounder
<input checked="" type="checkbox"/> Tilapia	<input checked="" type="checkbox"/> Herring
	<input checked="" type="checkbox"/> Pollock
	<input checked="" type="checkbox"/> Mussels
	<input checked="" type="checkbox"/> Trout
	<input checked="" type="checkbox"/> Oysters

El pescado es bueno para los niños. Pero es mejor reducir los riesgos de mercurio ...

HACER ESTO ← → EVITE ESTO

EVITE o Reduzca	Pescado ALTO en Mercurio
<input type="checkbox"/> Tiburón	<input type="checkbox"/> Bluefish
<input type="checkbox"/> Filefish	<input type="checkbox"/> Aguja
<input type="checkbox"/> Pez Espada	<input type="checkbox"/> Caballa del Rey