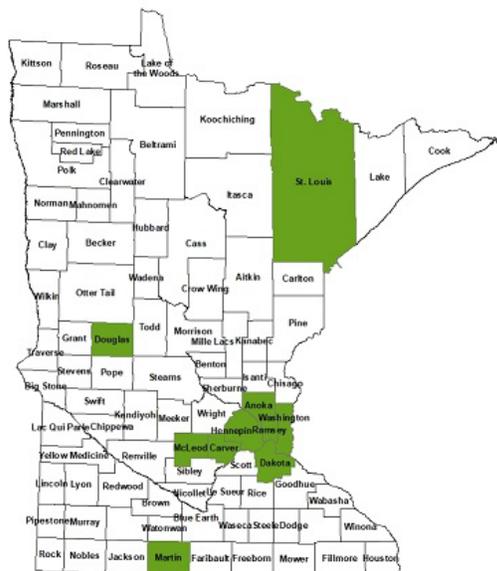


Actualización de la Guía para el Consumo de Pescado para las masas de agua de 10 condados de Minnesota.

ACTUALIZACIÓN DE ABRIL DE 2025

El MDH está actualizando las orientaciones sobre el consumo de pescado debido a la presencia de sustancias perfluoroalquiladas y polifluoroalquiladas (PFAS, por sus siglas en inglés) en los peces de algunas masas de agua del área metropolitana de las Twin Cities como también en los condados de Douglas, Martin, McLeod y St. Louis. Las orientaciones actualizadas se centran en los datos sobre las PFAS, pero también lo protegen del mercurio y los bifenilos policlorados (PCB, por sus siglas en inglés).

Mapa: Actualización de la guía para el consumo de pescado en algunas masas de agua afectadas por condado (Abril 2025)



Puede tomar años de consumo regular de pescado para acumular niveles de PFAS en su cuerpo antes de que se convierta en un problema para la salud. El MDH ha utilizado datos sobre contaminantes de pescado y ha actualizado los métodos para informar de una mejor manera a los consumidores de pescado sobre dónde está la contaminación por PFAS en los peces y cómo se puede reducir la exposición. Para ciertas masas de agua, el MDH recomienda que ciertos tipos de pescado se consuman en cantidades limitadas o que no se consuman en absoluto.

Consulte el sitio web LakeFinder del Departamento de Recursos Naturales para ver si existen orientaciones vigentes sobre el consumo de pescado en estos condados.

Si piensa comer pescado de un río de uno de estos condados, revise la lista actualizada de orientaciones específicas para las masas de agua de los ríos en el siguiente sitio web: Fish Consumption Guidance (Guía para el Consumo de Pescado).

La guía para el consumo de pescado depende de:

- **Dónde pescó. Algunas masas de agua tienen orientaciones específicas para ese cuerpo de agua debido a los niveles elevados de PFAS, mercurio o PCB.**
- **Quién es usted.** Algunas personas son más sensibles que otras a los efectos negativos para la salud por la exposición a PFAS. Las PFAS (incluidos los PFOS) se acumulan en las personas a lo largo del tiempo. Esto significa que el embarazo, la infancia y la niñez representan etapas de la vida específicas de preocupación por la exposición a PFAS. Los grupos más sensibles incluyen personas que están o planean estar embarazadas, aquellas que están dando lactancia materna o planean hacerlo y los niños menores de 15 años.
- **La especie de pescado.** El número máximo de porciones recomendadas por semana o mes puede variar entre las especies de pescado capturadas en la misma masa de agua.

Las orientaciones actualizadas centran su atención en las masas de agua de Minnesota con los niveles más altos de PFAS en los peces. Las orientaciones específicas para el consumo de pescado en masas de agua utilizan ahora umbrales más bajos (valores más estrictos) para un tipo de PFAS, el sulfonato de perfluorooctano (PFOS), para poblaciones sensibles; abordan la contaminación por PFAS en todas las especies de peces, al tiempo que facilitan el seguimiento de las orientaciones y tienen en cuenta las mezclas de PFAS.

Comer pescado es solo una de las maneras en las que las personas se exponen a las PFAS. Las PFAS están presentes en muchos productos, ambientes, lugares de trabajo y hogares. Minnesota ha estado tomando medidas para eliminar las PFAS en el pescado. El MDH actualizará la guía para el consumo de pescado según sea necesario.

Puede encontrar más información sobre la reducción de la exposición a las PFAS aquí:

- [Reducing Exposures: Per- and Polyfluoroalkyl substances \(PFAS\)](#)
- [PFAS and Health](#)

Webinario sobre la Guía para el Consumo de Pescado

El Programa de Orientación sobre el Consumo de Pescado lo invita a unirse a nosotros el jueves 24 para una presentación sobre la orientación actualizada de abril de 2025.

Este webinario será en inglés. Si necesita un intérprete u otras adaptaciones, póngase en contacto con nosotros a HEALTH.fish@state.mn.us.