

Hudson Valley Region

Consejos de salud sobre el consumo de
lo que usted pesca



**¡Advertencias
según el pez!**

**No olvide leer
Cómo usar esta guía
en la página 2.**

Incluye los condados de Albany, Columbia, Dutchess, Orange, Putnam, Rensselaer, Rockland, Schenectady y Westchester, y partes de los condados de Greene, Saratoga, Sullivan, Ulster y Washington.

La pesca es una actividad divertida y saludable para toda la familia, y el pescado es una excelente opción para una dieta sana. Sin embargo, algunos pescados también contienen sustancias químicas en niveles que pueden ser perjudiciales. Esta guía puede serle de utilidad para tomar decisiones más saludables sobre el consumo del pescado que usted pesca. Hay diferentes advertencias en función de quién sea, dónde pesque, qué pesque y cuánto pescado consuma.

Cómo usar esta guía







Según el pez







- 1 ¡Atrape un pescado!
- 2 Compruebe que no esté pescando en agua clasificada como "No consumir" (página 4).
- 3 Utilice las "Advertencias según el pez" que aparecen a continuación para buscar qué se aconseja sobre su pez.











Advertencias según el agua:










- 1 Vuelva a revisar las aguas clasificadas como "No consumir" (página 4).
- 2 Consulte si hay advertencias según el agua específicas; para ello, utilice la lista de la página 34.
- 3 Si el agua o el pescado no figuran en la lista, siga las advertencias estatales de la página 32.

Advertencias según el pez

	Página
	6
	7
	8
	9
	8
	6

	Página
	8
	10
	11
	12
	13
	13

	Página
	14
	15
	16
	17
	9
	18
	19
	20
	21
	8

	Página
	9
	22
	23
	9
	24
	25
	26
	27
	28, 29

¿No figura su pez?

Página 9

Aguas clasificadas como “No consumir”



Estas aguas se han visto más afectadas que otras por la contaminación industrial. Aunque pueden ser lugares divertidos para pescar, nadie debe comer pescado de ellas.



Población general



Población vulnerable

Masa de agua	Pez	Población general	Población vulnerable
Hudson River, entre la South Glen Falls Dam y la Hudson Falls Dam (Saratoga, Warren, Washington)	Todos los peces	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Hudson River, entre la Hudson Falls Dam y la Federal Dam en Troy (Albany, Rensselaer, Saratoga, Washington)	Todos los peces	SOLO pesca con devolución. No se lleve los peces. No los consuma.	SOLO pesca con devolución. No se lleve los peces. No los consuma.
Nassau Lake (Rensselaer)	Todos los peces	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Aguas de la zona de Newburgh (Orange): Beaverdam Lake Stream from Stewart Bosque estatal al Beaver Dam Lake Clark Street Ponds Crest View Lake Lockwood Basin/ Masterson Park Pond Moodna Creek, aguas arriba de la Firthcliffe Dam Recreation Pond Silver Stream Washington Lake			
Thayers Pond (Rensselaer)			
Valatie Kill, entre County Rte. 18 y Nassau Lake (Rensselaer)			

La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Comprender las advertencias

Quién es usted



Las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y las personas menores de 15 años deben comer menos pescado. En nuestras tablas de advertencias, reciben la clasificación de **población vulnerable**.



Los productos químicos presentes en el pescado pueden tener un efecto más pronunciado en el desarrollo de infantes y bebés. Muchos de estos químicos permanecen en el organismo durante décadas. Las personas que consumen pescado muy contaminado y luego quedan embarazadas pueden correr mayor riesgo de tener hijos/as cuyos procesos de desarrollo y aprendizaje sean más lentos. Algunos químicos también pueden transmitirse al bebé por la leche materna.

El resto de la población presenta un menor riesgo para la salud por el consumo de pescado. En nuestras tablas de advertencias, reciben la clasificación de **población general**.

Qué pesca



Para cada pescado, se ofrece un consejo específico sobre la cantidad que puede consumirse.

Algunas especies de peces tienen niveles de químicos más altos que otras, incluso si se los pesca en las mismas aguas. Los peces más pequeños suelen presentar niveles más bajos de mercurio y bifenilos policlorados (polychlorinated biphenyls, PCB) que los más grandes y viejos de la misma especie.

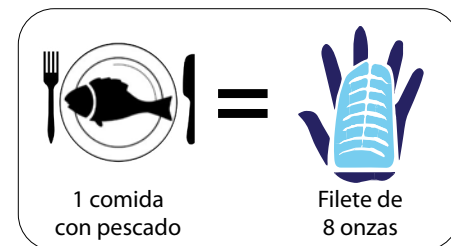
Dónde pesca



Esta guía puede serle de utilidad para que elija mejores aguas si prevé consumir el pescado que pesque. Algunas aguas tienen niveles más altos de sustancias químicas que otras debido a fuentes industriales y comerciales de contaminación.

Cuánto consumo

Si come una porción de 8 onzas de pescado a la semana, puede reducir los riesgos para la salud siguiendo cuidadosamente nuestros consejos sanitarios.



Para saber más sobre las sustancias químicas que se encuentran con más frecuencia en el pescado y cómo se establecen las advertencias, visite www.health.ny.gov/fish.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



Alewife



Blueback herring



Población general



Población vulnerable

Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	1 comida/mes

Advertencias según el pez



American eel



Población general



Población vulnerable

Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Kinderhook Lake (Columbia)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Saw Mill River, aguas arriba de Flume en Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer)		
Sheldrake River (Westchester)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a NYC Battery (varios condados)	No se permite la posesión de eels para el consumo	No se permite la posesión de eels para el consumo
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)	4 comidas/mes	1 comida/mes
Todas las demás aguas 		

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.



No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



Striped bass



Atlantic needlefish



Bluefish



Población general



Población vulnerable

Masa de agua

Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Moodna Creek, de la Firthelcliff Dam al Hudson River (Orange)		
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR

Advertencias según el pez



Blue crab



Población general



Población vulnerable

Masa de agua

Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios)	6 cangrejos/semana	NO CONSUMIR
Moodna Creek, de la Firthelcliff Dam al Hudson River (Orange)	No coma el tomalley/mostaza	
Hudson River, de Troy a Catskill (varios)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.



No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.

Advertencias según el pez



Black crappie



Lake trout



Muskellunge



Tiger muskellunge



y todos los otros peces no mencionados



Población general



Población vulnerable

Masa de agua

Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Moodna Creek, de la Firthelcliff Dam al Hudson River (Orange)		
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	1 comida/mes



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



Bluegill



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Bradley Lake (Rensselaer)	4 comidas/mes	1 comida/mes
Queechy Lake (Columbia)		
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Moodna Creek, aguas abajo de la Firthecliff Dam (Orange)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	4 comidas/mes

Advertencias según el pez



Brown bullhead



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hoosic River, de la Schaghticoke Dam al límite estatal de Vermont (Rensselaer, Washington)	1 comida/mes	1 comida/mes
Kinderhook Lake (Columbia)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	1 comida/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.



No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.




Carp



Masa de agua

Población general

Población vulnerable

Kinderhook Lake (Columbia)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Hoosic River, de la Schaghticoke Dam al límite estatal de Vermont (Rensselaer, Washington)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)		
Mohawk River/Erie Canal, entre la Fivemile Dam y Cohoes Falls (varios condados)		
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	1 comida/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.



No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.

Advertencias según el pez



Channel catfish


White catfish



Masa de agua

Población general

Población vulnerable

Kinderhook Lake (Columbia)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Hudson River, de Troy a NYC Battery (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Todas las demás aguas 	1 comida/mes	1 comida/mes



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



Población general

Población vulnerable

Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	Longitud mayor que 20 pulgadas: 1 comida/mes Longitud menor que 20 pulgadas: 4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Moodna Creek, de la Firthelcliff Dam al Hudson River (Orange)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas	Longitud mayor que 20 pulgadas: 1 comida/mes Longitud menor que 20 pulgadas: 4 comidas/mes	1 comida/mes

Advertencias según el pez



Población general

Población vulnerable

Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Moodna Creek, de la Firthelcliff Dam al Hudson River		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios)		
Todas las demás aguas	1 comida/mes	1 comida/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.



No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



Goldfish



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Kinderhook Lake (Columbia)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Sheldrake River (Westchester)		
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	1 comida/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.




No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.

Advertencias según el pez



Largemouth bass



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Lake Welch (Rockland)	1 comida/mes	1 comida/mes
Amawalk Reservoir (Westchester)	1 comida/mes	Longitud mayor que 15 pulgadas: NO CONSUMIR
Boyd Corners Reservoir (Putnam)		
Chodikee Lake (Ulster)		
Cross River Reservoir (Westchester)		Longitud menor que 15 pulgadas: 1 comida/mes
Kinderhook Lake (Columbia)	Longitud mayor que 15 pulgadas: 1 comida/mes	NO CONSUMIR
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)	Longitud menor que 15 pulgadas: 4 comidas/mes	
Dyken Pond (Rensselaer)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	Longitud mayor que 15 pulgadas: 1 comida/mes Longitud menor que 15 pulgadas: 4 comidas/mes	1 comida/mes



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.




Northern pike



Masa de agua

Población general

Población vulnerable

Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	Longitud mayor que 26 pulgadas: 1 comida/mes Longitud menor que 26 pulgadas: 4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Creek (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Moodna Creek, aguas abajo de la Firthecliff Dam (Orange)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	Longitud mayor que 26 pulgadas: 1 comida/mes	Longitud mayor que 26 pulgadas: NO CONSUMIR
	Longitud menor que 26 pulgadas: 4 comidas/mes	Longitud menor que 26 pulgadas: 1 comida/mes

Advertencias según el pez



Pumpkinseed/sunfish




Redbreast sunfish



Masa de agua

Población general

Población vulnerable

Green Lake (Greene)	4 comidas/mes	1 comida/mes
Hoosic River, de la Schaghticoke Dam al límite estatal de Vermont (Rensselaer, Washington)		
Mohawk River (varios condados)		
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	4 comidas/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.



No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.


Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



Rock bass



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	1 comida/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.




No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.

Advertencias según el pez



Smallmouth bass



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Welch Lake (Rockland)	1 comida/mes	Longitud mayor que 15 pulgadas: NO CONSUMIR Longitud menor que 15 pulgadas: 1 comida/mes
Dunham Reservoir (Rensselaer)	Longitud mayor que 15 pulgadas: NO CONSUMIR Longitud menor que 15 pulgadas: 1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Hudson River, de Troy a Catskill (varios)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Todas las demás aguas 	1 comida/mes	Longitud mayor que 15 pulgadas: NO CONSUMIR Longitud menor que 15 pulgadas: 1 comida/mes



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



Brook trout



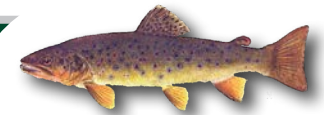
Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Mohawk River (varios condados)	4 comidas/mes	1 comida/mes
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	4 comidas/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.



No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.

Advertencias según el pez



Brown trout



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Mohawk River (varios condados)	4 comidas/mes	1 comida/mes
Cross River Reservoir (Westchester)	Longitud mayor que 20 pulgadas: 1 comida/mes	1 comida/mes
Titicus Reservoir (Westchester)		
West Branch Reservoir (Putnam)		
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	Longitud mayor que 20 pulgadas: 1 comida/mes Longitud menor que 20 pulgadas: 4 comidas/mes



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



Rainbow trout



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hoosic River, de la Schaghticoke Dam al límite estatal de Vermont (Rensselaer, Washington)	1 comida/mes	1 comida/mes
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	4 comidas/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.




No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.

Advertencias según el pez



Walleye



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Kinderhook Lake (Columbia)	Longitud mayor que 19 pulgadas: 1 comida/mes	NO CONSUMIR
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Boyd Corners Reservoir (Putnam)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
East Branch Reservoir (Putnam)		
Swinging Bridge Reservoir (Sullivan)		
Sheldrake Lake (Sullivan)	Longitud mayor que 19 pulgadas: NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
	Longitud menor que 19 pulgadas: 1 comida/mes	
Dunham Reservoir (Rensselaer)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a NYC Battery (varios condados)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Todas las demás aguas 	Longitud mayor que 19 pulgadas: 1 comida/mes	Longitud mayor que 19 pulgadas: NO CONSUMIR
	Longitud menor que 19 pulgadas: 4 comidas/mes	Longitud menor que 19 pulgadas: 1 comida/mes



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.


Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



White perch



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Cross River Reservoir (Westchester)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)		
Kinderhook Lake (Columbia)		
Lake Taghkanic (Columbia)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Titicus Reservoir (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)		
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	1 comida/mes	1 comida/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.




No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.

Advertencias según el pez



White sucker



Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hoosic River, de la Schaghticoke Dam al límite estatal de Vermont (Rensselaer, Washington)	4 comidas/mes	1 comida/mes
Mohawk River (varios condados)		
Patroon Creek (Albany)		
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)	NO CONSUMIR	NO CONSUMIR
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	4 comidas/mes



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Advertencias según el pez

Consulte la referencia de la página 2 para ver otras especies de peces.



Yellow perch



Población general



Población vulnerable

Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Diverting Reservoir (Putnam)	4 comidas/mes	1 comida/mes
Glass Lake (Rensselaer)		
Lake Superior (Sullivan)		
Mohawk River (varios condados)		
Moreau Lake (Saratoga)		
Thompsons Lake (Albany)		
Amawalk Reservoir (Westchester)	Longitud mayor que 10 pulgadas: 1 comida/mes Longitud menor que 10 pulgadas: 4 comidas/mes	1 comida/mes
Ballston Lake (Saratoga)		
Black River Pond (Rensselaer)		
Carters Pond (Washington)		
Dunham Reservoir (Rensselaer)		
Dyken Pond (Rensselaer)		
East Branch Reservoir (Putnam)		
Green Lake (Greene)		
Middle Branch Reservoir (Putnam)		
New Croton Reservoir (Westchester)		
Rio Reservoir (Sullivan, Orange)		
Titicus Reservoir (Westchester)		
Wappingers Lake (Dutchess)		
West Branch Reservoir (Putnam)		



Yellow perch,
continúa



Masa de agua



Población vulnerable

Masa de agua	Población general	Población vulnerable
Hudson River, de Catskill a NYC Battery (varios condados)	4 comidas/mes	NO CONSUMIR
Kinderhook Lake (Columbia)		
Saw Mill River, aguas arriba de Mill Street en Yonkers (Westchester)		
Sheldrake River (Westchester)		
Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia)	1 comida/mes	NO CONSUMIR
Hudson River, de Troy a Catskill (varios condados)		
Moodna Creek, de la Firthecliff Dam al Hudson River (Orange)		
Todas las demás aguas 	4 comidas/mes	Longitud mayor que 10 pulgadas: 1 comida/mes Longitud menor que 10 pulgadas: 4 comidas/mes

Las advertencias de salud específicas sobre las aguas mencionadas antes también rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba.



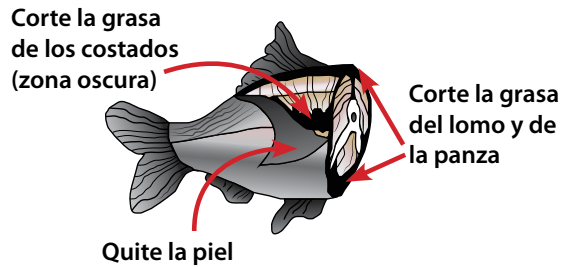
La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.



No consuma pescado de las partes septentrionales del Hudson River, las aguas de la zona de Newburgh, el Thayers Pond, partes del Valatie Kill y el Nassau Lake. Consulte la página 4.

Consejos para una alimentación más sana

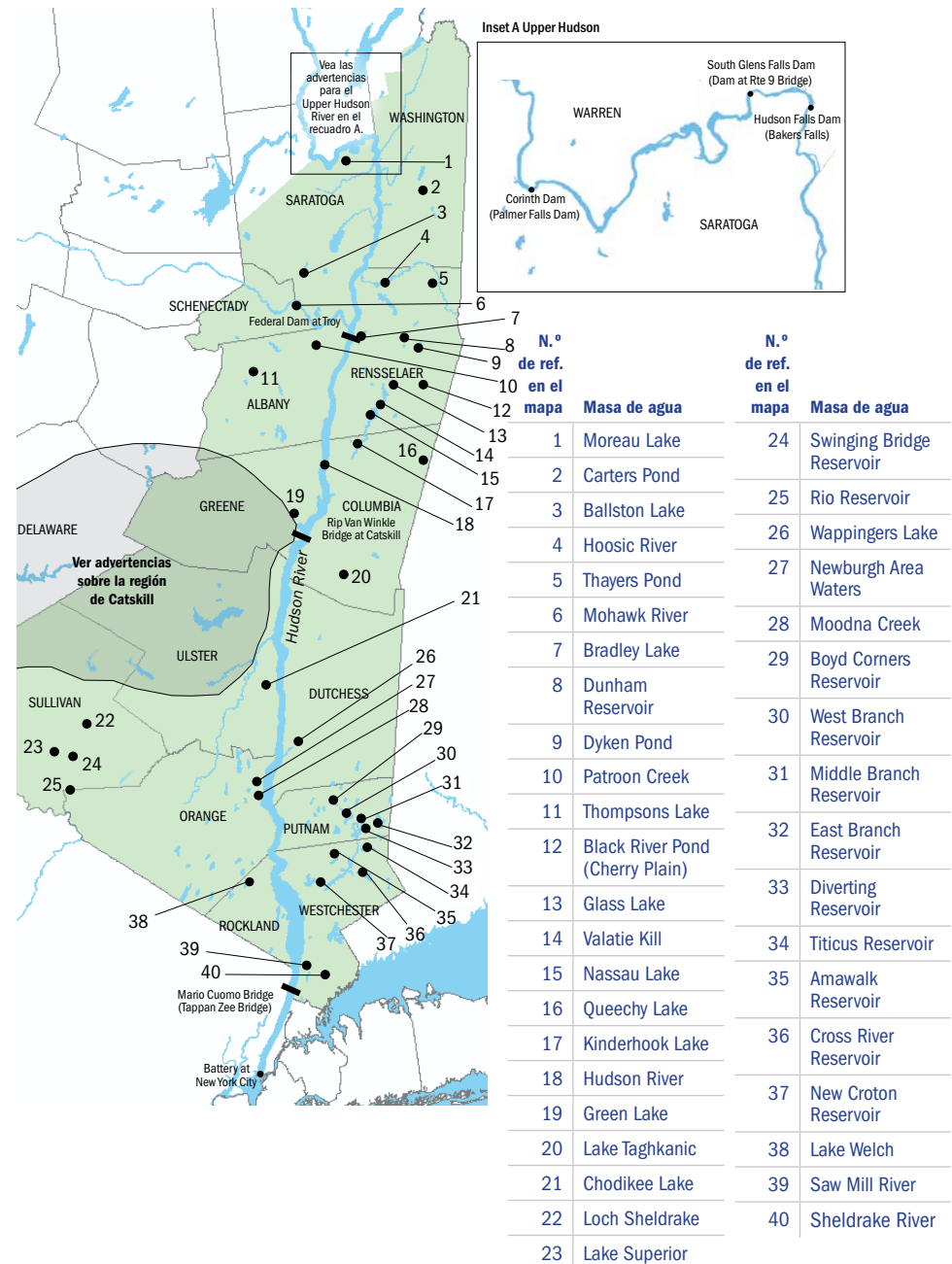
- Intente distanciar las comidas con pescado. Por ejemplo, si la advertencia es que puede comer hasta cuatro veces al mes, no coma todo en la misma semana. Esto reviste particular importancia para la población vulnerable.
- El pescado puede contener bacterias, virus o parásitos. Mantenga frío el pescado capturado. Utilice guantes para pelar y cortar. Lávese las manos y lave las superficies con frecuencia al preparar el pescado, y mantenga separados los alimentos crudos. Cocine bien el pescado y los mariscos antes de comerlos.
- Los PCB, el clordano, la dieldrina y la dioxina se encuentran en mayores niveles en la grasa del pescado. Reduzca la grasa cortando, pelando y cocinando de forma correcta el pescado:



- Cocinar o remojar el pescado no puede eliminar las sustancias químicas, pero el calor de la cocción derrite parte de la grasa. Ase, cocine a la parrilla u hornee el pescado cortado y sin piel sobre una rejilla para que se desgrase. No utilice la grasa en salsas o cremas.
- Cortar y pelar el pescado no reduce la cantidad de mercurio que contiene.
- La principal forma de reducir cuánto mercurio obtiene del pescado es evitar ciertas especies o consumir la carne de peces más pequeños dentro de una especie.

Para más consejos y recetas saludables de pescado, visite www.health.ny.gov/fish/tips.htm































Aguas del Hudson Valley con advertencias específicas



¿Qué ocurre con los afluentes y las aguas conectadas?

Las advertencias específicas rigen para los afluentes y las aguas conectadas si no hay presas, saltos o barreras que impidan que se desplacen los peces río arriba o río abajo. Esto se debe a que los productos químicos permanecen en los peces cuando se desplazan de una masa de agua a otra.

Advertencias a nivel estatal

 Población general	Esta advertencia ya está incorporada en “Advertencias según el pez” (páginas 6-29). Siga las advertencias estatales para las aguas indicadas en la página 33. Elija entre los pescados “Mejor elección” y “Buena elección” para obtener los máximos beneficios del consumo de pescado capturado localmente.	 Población vulnerable
4 comidas al mes	<p style="text-align: center;">*Mejor elección de pescado*</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  Brook trout </div> <div style="text-align: center;">  Brown trout Longitud menor que 20 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  Rainbow trout </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  Bluegill </div> <div style="text-align: center;">  Pumpkinseed/ Sunfish </div> <div style="text-align: center;">  White sucker </div> <div style="text-align: center;">  Yellow perch Longitud menor que 10 pulgadas </div> </div>	4 comidas al mes
	<p style="text-align: center;">Buena elección</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  Black crappie </div> <div style="text-align: center;">  Brown trout Longitud mayor que 20 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  Bullhead </div> <div style="text-align: center;">  Chain pickerel Longitud menor que 20 pulgadas </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  Carp </div> <div style="text-align: center;">  Lake trout </div> <div style="text-align: center;">  Largemouth bass Longitud menor que 15 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  Northern pike Longitud menor que 26 pulgadas </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  Rock bass </div> <div style="text-align: center;">  Walleye Longitud menor que 19 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  Yellow perch Longitud mayor que 10 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  Cualquier pez que no esté en la lista </div> </div>	
1 comida al mes	<p style="text-align: center;">Reducir el consumo</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  Chain pickerel Longitud mayor que 20 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  Channel catfish </div> <div style="text-align: center;">  Freshwater drum </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  Largemouth bass Longitud mayor que 15 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  Smallmouth bass Longitud menor que 15 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  White perch </div> </div>	1 comida al mes
1 comida al mes	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  Northern pike Longitud mayor que 26 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  Smallmouth bass Longitud mayor que 15 pulgadas </div> <div style="text-align: center;">  Walleye Longitud mayor que 19 pulgadas </div> </div>	0 NO CONSUMIR

Dónde puede aplicar las advertencias a nivel estatal

Albany

Basic Creek
 Basic Creek Reservoir
 Catskill Creek
 Normans Kill, *aguas arriba de la cascada en I-87*
 Rensselaer Lake
 Ten Mile Creek
 Tivoli Lake
 Vly Creek
 Washington Park Lake

Columbia

Claverack Creek, *aguas arriba de la Van De Carrs Dam*
 Copake Lake
 Kline Kill

Dutchess

Crum Elbow Creek, *aguas arriba de la Lower Dam*
 Fishkill Creek, *aguas arriba de la NY Rubber Co. Dam*
 Iron Mine Pond
 Morgan Lake
 Roeliff Jansen Kill, *aguas arriba de la Bingham Mill Dam*
 Shekomeko Creek
 Sprout Creek
 Stissing Pond
 Tenmile River
 Wappinger Creek, *aguas arriba de la Wappinger Falls Dam*
 Webatuck Creek
 Ore Pit Pond
 Roeliff Jansen Kill, *aguas arriba de la Bingham Mills Dam*
 Taghkanic Creek
 Weed Mines Pond

Putnam

Canopus Lake
 Croton Falls Reservoir
 East Branch Croton River, *aguas abajo de la Diverting Reservoir Dam*
 Lake Gilead
 Lake Gleneida
 Lake Mahopac
 Peekskill Hollow Brook, *aguas arriba de la presa*
 Pelton Pond
 Roaring Brook Lake
 Stillwater Pond
 West Branch Croton River, *aguas abajo de la West Branch Dam*
 White Pond

Orange

Barnes Lake
 Blue Lake
 Eagle Lake
 Glenmere Lake
 Greenwood Lake
 Hessian Lake
 Island Pond
 Lake Askoti
 Lake Kanawauke
 Lake Nawahunta
 Lake Skannatati
 Lake Skenonto
 Lake Stahahe
 Ramapo River
 Wallkill River

Rensselaer

Burden Lake
 Crooked Lake
 Crystal Lake
 Long Pond
 Poesten Kill, *aguas arriba de Mt. Ida Falls*
 Shaver Pond
 Snyder's Lake
 Tackawasick Creek
 Tomhannock Reservoir
 Tsawassa Lake

Rockland

Hessian Lake
 Lake Sebago
 Lake Wanoksink
 Mahwah River
 Minisceongo Creek, *aguas arriba de la Rockland Print Company Dam*
 Pine Meadow Brook
 Pine Meadow Lake
 Ramapo River
 Rockland Lake
 Sparkill Creek, *aguas arriba de la Piermont Paper Company Dam*
 Tiorati Brook, *aguas arriba de la Stony Point Dam*

Saratoga

Alplaus Kill
 Dwaas Kill
 Geyser Brook
 Glowegee Creek
 Kayaderoseras Creek
 Round Lake
 Saratoga Lake

Schenectady

Collins Lake
 Featherstonhaugh Lake
 Iroquois Lake
 Lisha Kill
 Mariaville Lake
 Steinmetz Lake

Sullivan

Bashakill Marsh
 Callicoon Creek
 Cliff Lake
 Crystal Lake
 Delaware River
 Lake Huntington
 Mongaup Falls Reservoir
 Morningside Lake
 Neversink River
 Toronto Reservoir
 White Lake

Ulster

Louisa Pond
 Sturgeon Pool
 Wallkill River, *aguas arriba de Sturgeon Pool*

Washington

Batten Kill, *aguas arriba de la Clark Mills Lower Dam*
 Cossayuna Lake
 Dead Lake
 Mettawee River, *aguas arriba de la cascada en Thomas Rd & Upper Tpk*

Westchester

Bronx River, *aguas arriba de la Bronx River Dam*
 Croton River, *aguas arriba de la Silver Lake Dam*
 Kensico Reservoir
 Mohansic Lake
 Muscoot Reservoir
 Peekskill Hollow Brook, *aguas arriba de la Hollowbrook Dam*
 Stone Hill River
 Swan Lake



La población vulnerable hace referencia a las personas que pueden quedar embarazadas (menores de 50 años) y a menores de 15 años. La población general hace referencia a cualquier otra persona.

Una comida equivale a una ración de ocho onzas (media libra).

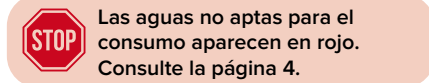
Para conocer otras aguas de pesca y advertencias para la región de Catskill, que incluye partes de los condados de Delaware, Greene, Sullivan y Ulster, visite www.health.ny.gov/fish/CAT.

Lista alfabética de aguas con advertencias específicas

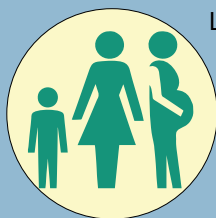
Utilice esta lista para conocer si una masa de agua tiene una advertencia específica. Cuantos más números de página aparezcan en la lista, más advertencias tendrá esa agua.

Advertencias específicas sobre el agua (condado)	Página	Advertencias específicas sobre el agua (condado)	Página
Amawalk Reservoir (Westchester)	17, 28	Moodna Creek, aguas abajo de la Firthcliff Dam hasta la desembocadura en el Hudson River ¹	7-27, 29
Ballston Lake (Saratoga)	28	Moreau Lake (Saratoga)	28
Black River Pond (Rensselaer)	28	Nassau Lake (Rensselaer)	4
Boyd Corners Reservoir (Putnam)	17, 25	New Croton Reservoir (Westchester)	28
Bradley Lake (Rensselaer)	10	Aguas de la zona de Newburgh (Orange)	4
Carters Pond (Washington)	28	Patroon Creek (Albany)	27
Chodikey Lake (Ulster)	17	Queechy Lake (Columbia)	10
Cross River Reservoir (Westchester)	17, 23, 26	Rio Reservoir (Sullivan, Orange)	28
Diverting Reservoir (Putnam)	28	Saw Mill River, aguas arriba de Flume en Mill Street en Yonkers (Westchester) ¹	7, 9-27, 29
Dunham Reservoir (Rensselaer)	21, 25, 28	Sheldrake River (Westchester) ¹	7, 9-27, 29
Dyken Pond (Rensselaer)	17, 28	Swinging Bridge Reservoir (Sullivan)	25
East Branch Reservoir (Putnam)	25, 28	Thayer Pond - Área de Hoosick Falls (Rensselaer)	4
Glass Lake (Rensselaer)	28	Thompsons Lake (Albany)	28
Green Lake (Greene)	19, 28	Titicus Reservoir (Westchester)	23, 26, 28
Hoosic River, de la Schaghticoke Dam al límite estatal de Vermont (Rensselaer, Washington)	11, 12, 19, 23, 24, 27	Valatie Kill, entre County Rte. 18 y Nassau Lake (Rensselaer)	4
Hudson River, entre S. Glens Falls y Hudson Falls	4	Valatie Kill, entre el Nassau Lake y el Kinderhook Lake (Rensselaer, Columbia) ¹	7, 9-27, 29
Hudson River, entre Hudson Falls y Troy	4	Wappingers Lake (Dutchess)	28
Hudson River, entre Troy y Catskill ¹	6-27, 29	West Branch Reservoir (Putnam)	23, 28
Hudson River, entre Catskill y NYC ¹	6-27, 29		
Kinderhook Lake (Columbia) ¹	7, 9-27, 29		
Lake Superior (Sullivan)	28		
Lake Taghkanic (Columbia)	26		
Lake Welch (Rockland)	17, 21		
Loch Sheldrake (Sullivan)	25		
Middle Branch Reservoir (Putnam)	28		
Mohawk River/Erie Canal, entre la Fivemile Dam y Cohoes Falls (Herkimer, Schenectady, Montgomery, Albany, Saratoga)	12, 19, 22, 23, 27, 28		

¹ Para otros peces no incluidos en la lista de estas aguas, siga las advertencias de la página 9.



Pescado de tiendas y restaurantes



La Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration, FDA) de Estados Unidos regula la venta de pescado comercial en los mercados. Debido a la preocupación por el mercurio, la FDA y la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA) de EE. UU. aconsejan a las personas embarazadas y lactantes, a las que puedan quedar embarazadas y a niños pequeños que eviten comer shark, swordfish, king mackerel, tuna (bigeye), marlin, orange roughy y tilefish.

Visite www.fda.gov/fishadvice o www.epa.gov/fishadvice para obtener más información.

Más información

Advertencias sobre peces de New York State

Departamento de Salud
(Department of Health, DOH)
www.health.ny.gov/fish
www.health.ny.gov/fish/maps.htm
(518) 402-7800
(800) 458-1158
BTSA@health.ny.gov

Pesca en los embalses de NYC

Departamento de Protección Ambiental de la Ciudad de Nueva York
(NYC Department of Environmental Protection, NYC DEP)
<http://www.nyc.gov/html/dep/html/recreation/fishing.shtml>
1-800-575-LAND (5263)
recreation@dep.nyc.gov

Pesca en New York State

Departamento de Conservación Ambiental
(Department of Environmental Conservation, DEC)
www.dec.ny.gov/outdoor/fishing.html

Región 5 del DEC

(Condados de Washington y Saratoga)
Ray Brook Office
(518) 897-1200
fwfish5@dec.ny.gov

Región 4 del DEC

(Condados de Albany, Columbia, Greene, Rensselaer y Schenectady)
Stamford Office
(607) 652-7366
fwfish4@dec.ny.gov

Región 3 del DEC

(Condados de Dutchess, Orange, Putnam, Rockland, Ulster y Westchester)
New Paltz Office
(845) 256-3161
fwfish3@dec.ny.gov

El sitio web de pesca del DEC que figura más arriba contiene una gran cantidad de recursos para ayudar a la gente a encontrar lugares de pesca accesibles al público, embarcaderos, qué peces se encuentran en las distintas masas de agua e información sobre licencias de pesca.