

...puedes comer atún sin riesgo?

Esta tabla ofrece una guía sobre la cantidad de atún enlatado que puede comer sin riesgo según la Agencia de Protección Ambiental (EPA). Aunque el mercurio impone el mayor riesgo para la salud a niños y mujeres embarazadas o con planes de embarazarse, quizá otras personas deseen usar la lista como una guía.

<i>Si Usted pesa:</i>	<i>No coma más de una lata cada:</i>	
	<i>Albacora Blanca</i>	<i>"Pedazos Light"</i>
10 kilos	9 semanas	3 semanas
15 kilos	6 semanas	2 semanas
20 kilos	5 semanas	10 días
25 kilos	4 semanas	8 días
30 kilos	3 semanas	7 días
35 kilos	3 semanas	6 días
40 kilos	2 semanas	5 días
45 kilos	2 semanas	5 días
50 kilos	12 días	4 días
55 kilos	11 días	4 días
60 kilos	10 días	4 días
65 kilos	9 días	3 días
70+ kilos	9 días	3 días
<p>Fuente: Resultados de pruebas de mercurio y peces de la Administración de Alimentos y Medicamentos, y determinación de niveles seguros de mercurio de la Agencia de Protección Ambiental.</p>		