

Avis de l'Anses
relatif aux recommandations sur les bénéfices et les risques liés à la consommation de poisson
Saisine n° 2012-SA-0202

Recommandations destinées aux populations sensibles

	Fillettes et adolescentes	Femmes en âge de procréer	Femmes allaitantes	Femmes enceintes et enfants de moins de 3 ans	Autres personnes sensibles (personnes âgées, immunodéprimées, etc.)
Poissons d'eau douce fortement bio-accumulateurs (anguille, barbeau, brème, carpe, silure)	Limiter à 1 fois tous les 2 mois	Limiter à 1 fois tous les 2 mois	Limiter à 1 fois tous les 2 mois	Limiter à 1 fois tous les 2 mois	Limiter à 2 fois par mois
Poissons prédateurs sauvages <i>lotte (baudroie), loup (bar), bonite, anguille, empereur, grenadier, flétan, brochet, dorade, raie, sabre, thon...</i>	Pas de recommandation particulière	Pas de recommandation particulière	A limiter	A limiter	Pas de recommandation particulière
espadon, marlin, siki, requin et lamproie	Pas de recommandation particulière	Pas de recommandation particulière	A éviter	A éviter	Pas de recommandation particulière
Mesures spécifiques d'hygiène à respecter	Cf recommandation générale	Cf recommandation générale	Cf recommandation générale	Eviter la consommation de poissons crus ou insuffisamment cuits et de poissons fumés Eviter la consommation de coquillages crus ou peu cuits. Eviter la consommation de crustacés décortiqués vendus cuits (cuire soi-même les crustacés)	