



# LOS BENEFICIOS DE LA PROTECCIÓN SOLAR



## EL SOL ES BUENO PARA TU SALUD

PROTEGE TUS HUESOS



HACE QUE ESTÉS MÁS ANIMADO



DESCANSAS MEJOR



## PRECAUCIONES QUE DEBES TOMAR



Elige sitios donde haya sombra



Utiliza gorro o visera, camiseta y gafas de sol.

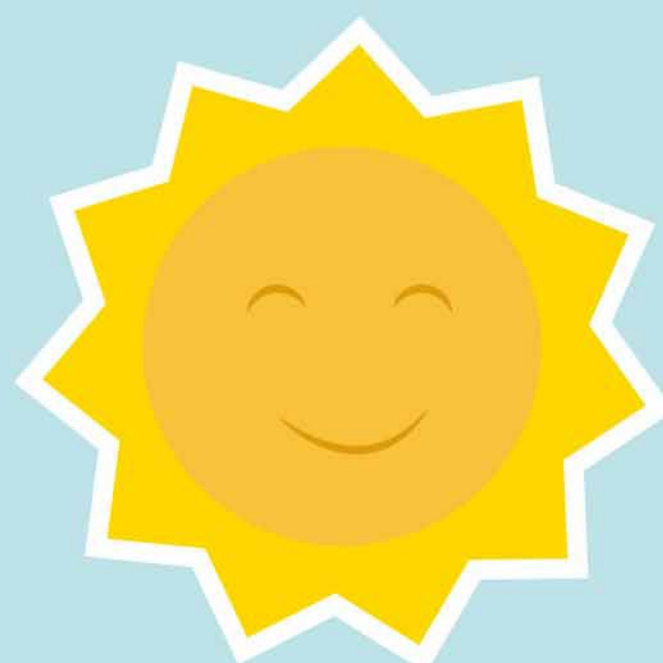


Hidrata bien la piel después de tomar el sol.



Usa fotoprotectores resistentes al agua, mínimo cada 2 horas y siempre después del baño.

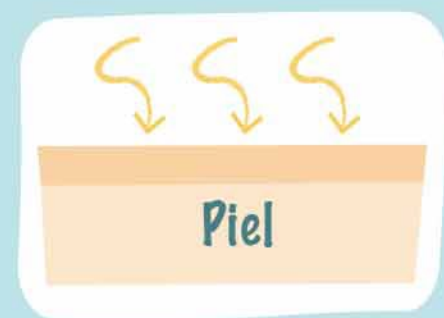
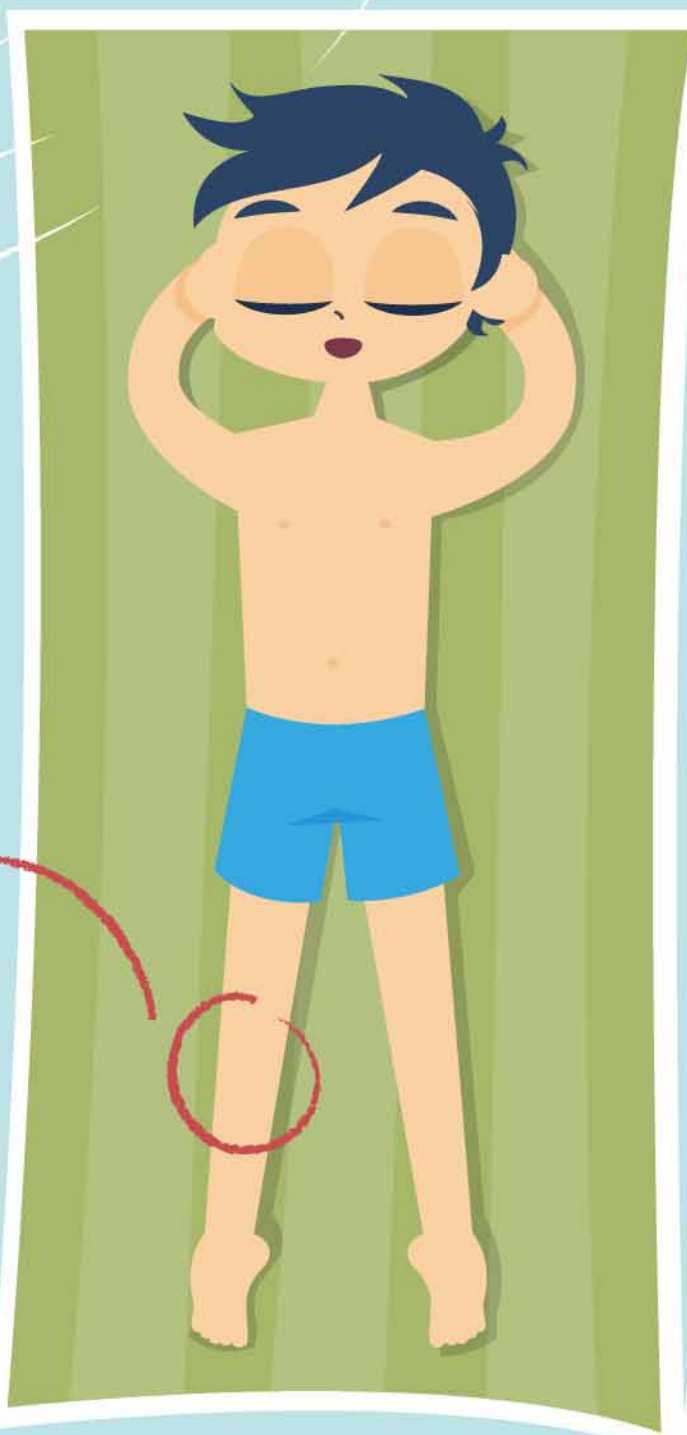
## CUIDA TU CAPITAL SOLAR



El Sol emite unas radiaciones que pueden perjudicar nuestra piel.

UVA

UVB



La piel memoriza y suma todo el tiempo que pasas al sol. Tenemos un "capital solar" que se agota con la exposición solar.

Los rayos UVA y los UVB, son los que hacen que después de tomar el sol mucho tiempo o si no se protege la piel, se produzcan:

QUEMADURAS



ALTERACIONES EN EL COLOR DE LA PIEL



CÁNCER DE PIEL



ENVEJECIMIENTO PREMATURO



## IMPORTANTE

Nuestra principal protección es la PIEL, por eso hay que cuidarla, hidrátala y protégela.