



¡Únete al Equipo de Seguridad Contra el Sol!

La piel de su niño tiene que durar toda la vida

La piel de los niños se quema fácilmente. Proteja a sus niños del sol haciendo algunas cosas simples:

Use Protector Solar

Use una blusa/camisa ligera de manga larga

Si la sombra del niño es más corta que el niño, encuentre sombra o cúbralo

Use protector solar

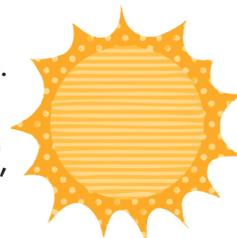
- Use uno con Factor de Protección Solar (SPF) de 30 o más.
- Use uno que tiene protección UVA y UVB (llamado espectro amplio).
- Aplique 10-20 minutos antes de salir afuera.
- Re aplique cada 2 horas después de nadar, y/o si ha sudado.
- ¡Úselo en días nublados también!
- Úselo en cada temporada, no solamente durante el verano.

Encuentre sombra o cúbrase de 10:00 a.m. hasta 4:00 p.m., cuando los rayos del sol son más fuertes.

Use un sombrero de ala ancha para proteger las orejas, el cuello y la cara

Use pantalones largos o mallas

Use lentes/gafas que protejan contra los rayos UVA y UVB





¡Protéjase del sol todos los días!

Padres, abuelos, y proveedores de cuidado:
¡por favor sean buen ejemplo!

Use un sombrero de ala ancha para proteger las orejas, cuello, y cara

Use lentes/gafas que protejan contra los rayos UVA y UVB

Use protector solar

Use una blusa/camisa ligera con manga larga

Use pantalones largos o mallas



Recuerde:

- El sol refleja en el agua, arena, y aun en la nieve.
- Usted aun puede obtener una quemadura en los días nublados, ya que no se siente el calor y pueden olvidarse de protegerse del sol.
- Los rayos del sol son más fuertes al subir en altitud

Las quemaduras durante la infancia pueden conducir a cáncer de la piel más adelante en la vida. Aun una quemadura seria incrementa el riesgo de cáncer de la piel más adelante en la vida.

Por favor ayúdenos a enseñarles a los niños sobre protección de la piel y protección del sol. Sea buen ejemplo y tome medidas seguras durante esta temporada.