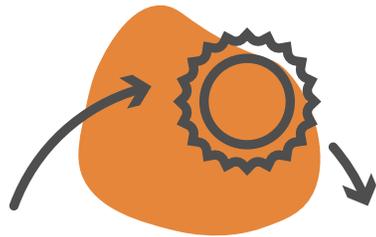


Seguridad solar

La luz ultravioleta puede ser dañina para la piel y provocar algunos tipos de cáncer de piel. ¡Disminuya su riesgo de cáncer de piel con prácticas seguras de sol! Siga estos consejos de seguridad solar para usted y su familia.



Evite la luz solar directa y busque áreas sombreadas, especialmente durante las horas de **10 am a 4 pm.**



Use protector solar que sea **SPF30 o superior** y que proteja contra los rayos UVA y UVB.

Recuerde volver a aplicar

Vuelva a aplicar protector solar en todo el cuerpo **cada 2 horas** o después de sudar o mojarse. ¡No olvides el bálsamo labial con SPF para tus labios!



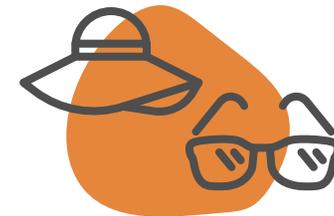
La luz ultravioleta dañina también puede provenir de las camas de bronceado, lo que aumenta el riesgo de daño a la piel y cáncer.

#1

El cáncer de piel es el tipo de cáncer más común en los Estados Unidos.

¡Proteja a sus bebés!

Los bebés **menores de 6 meses** deben mantenerse alejados de la luz solar directa y deben usar ropa y sombreros protectores.



Cúbrase la piel con mangas largas, pantalones, sombreros y anteojos de sol livianos.