



¿Cómo evitar quemaduras solares?

La mejor forma de prevenir una quemadura solar en los niños mayores de 6 meses de edad es seguir los A, B, C recomendados por la Academia Americana de Dermatología

Alejarse

1. Permanecer alejado del sol entre las 10 a.m. a 4 p.m. del día.
2. A esta hora es cuando los rayos del sol son más dañinos.

Bloquear

1. Bloquee los rayos del sol utilizando un factor de protección solar (SPF) de 15 o un filtro solar más alto.
2. Aplique la loción 30 minutos antes de salir afuera y vuelva a aplicarla a menudo durante el día.
3. Los protectores solares no deben utilizarse en los bebés menores de 6 meses de edad.

Cubrirse

1. Cubrirse utilizando ropa protectora, como una camisa de manga larga y un sombrero cuando se esté al sol.
2. Utilice ropa de tejido tupido para bloquear los rayos del sol tanto como sea posible (no use colores oscuros).
3. Mantenga a los bebés de menos de 6 meses de edad fuera del alcance de los rayos directos del sol todo el tiempo.
4. Los sombreros con ala son importantes.