



Os meus colegas



Fotos 10

Verán 2011

Mensaxes

Compartir



Mar:



Non deixes
que o sol...

Lorenzo:



...troque
a foto do
teu perfil





O sol desempeña un papel importante na saúde do ser humano cando se toma nas doses adecuadas. Non obstante, cando a exposición á radiación solar e excesiva... **pódeste queimar.**

Recomendacións:



Recorda buscar unha boa sombra entre as 12 e as 4 da tarde.



Evita permanecer baixo o sol durante moito tempo.



É importante que protexas os teus ollos con gafas de sol.



Emprega parasoles, sombreiros, gorras, camisetas... cando te poñas directamente ao sol.



As cremas cun nivel de protección alto son as únicas que te resgardarán dos raios máis perigosos. Aplícaas despois de cada baño ou cada 2 horas.



Recorda protexerte cando fagas unha actividade ao aire libre.



Bebe auga con frecuencia. Unha pel ben hidratada tamén te coidará fronte aos raios solares.



aeecc
Centra e Cancro

Infocáncer 900 100 036
www.aecc.es



Coa colaboración de: www.aedv.es