



RedVital
SALUD

BUEN USO DE LA FOTOPROTECCIÓN

Los niños son muy sensibles a la radiación solar. Se queman con facilidad y corren riesgo de deshidratarse. Además aunque estén bajo la sombrilla, la radiación se refleja hasta en un 30%.

¿QUÉ CREMA DE PROTECCIÓN SOLAR PODEMOS USAR?

FILTROS FÍSICOS/MINERALES

LOS RAYOS REBOTAN SOBRE LA CREMA.

SON ACTIVOS DESDE EL MISMO MOMENTO EN QUE LOS APLICAS.

A VECES SON MÁS PASTOSOS Y NO SON TAN RESISTENTES AL AGUA.

LAS APLICACIONES DEBEN SER MÁS FRECUENTES.

SON LOS MÁS ADECUADOS EN PIELS SENSIBLES Y ATÓPICAS



FILTROS QUÍMICOS/ORGÁNICOS

HAN DE TENER UNA PROTECCIÓN IGUAL O MAYOR A 30, PREFERIBLEMENTE 50 Y SER INFANTILES. ACTÚAN 20 MINUTOS DESPUÉS DE SU APLICACIÓN.

ELIGE LOS RESISTENTES AL AGUA.

REPITE LA APLICACIÓN CADA 2-3 HORAS



FILTROS MIXTOS (QUÍMICOS/FÍSICOS)



TODOS DEBEN CONTENER PROTECCIÓN FRENTE RAYOS UVB Y UVA



EDADES Y PROTECCIÓN SOLAR ADECUADA



< DE 6 MESES NO SE LES DEBE PONER NINGUNA CREMA SOLAR, EVITAR LA EXPOSICIÓN SOLAR DE FORMA PROLONGADA. CUBRIR LA PIEL, GORRITO E IR POR LA SOMBRA

ENTRE LOS 6 MESES Y 2-3 AÑOS OPTAREMOS POR FILTROS FÍSICO/MINERALES



A PARTIR DE LOS 3 AÑOS OPTAREMOS POR FILTROS QUÍMICOS



RECUERDA...



ASEGURATE DE MIRAR ESTE SIMBOLO ASI SABRÁS CUÁNTO TIEMPO PUEDES UTILIZARLOS UNA VEZ ABIERTOS



ADEMÁS DE LA CREMA, USA GAFAS, PRENDAS OSCURAS DE ALTA DENSIDAD COMO ALGODÓN Y ELÁSTICAS, GORRAS ETC.



HAY QUE MANTENERSE HIDRATADO Y EVITAR HORAS DE MÁXIMO CALOR (11-18H)



RedVital
SALUD

Fuente: Asociación española de pediatría