



People  
Sierra

Safety Tips n.º 69 Julio, 2012

## Prevención del cáncer de piel Exposición solar prolongada al aire libre



1. Antes de aplicar la crema, lávese y séquese bien las manos.



2. Para una exposición solar prolongada al aire libre deberá utilizar un protector solar con factor de protección superior a 30 FPS.



3. Aplique el protector solar en la piel al menos 20 minutos antes de la exposición solar.



4. Use una cantidad suficiente para cubrir las zonas de incidencia solar (rostro, cuello, orejas, manos y brazos).



5. Los rayos solares queman siempre. Por ello, incluso en días nublados, aplique igual cantidad de producto sobre la piel que si se tratase de un día de sol.



6. Masajee el protector sobre la piel hasta su completa absorción.

7. Reaplique el protector solar en intervalos de 2 a 4 horas según las indicaciones del fabricante y el tipo de piel (las personas de piel clara no deberán superar las 2 horas, ni las de piel oscura las 4).