

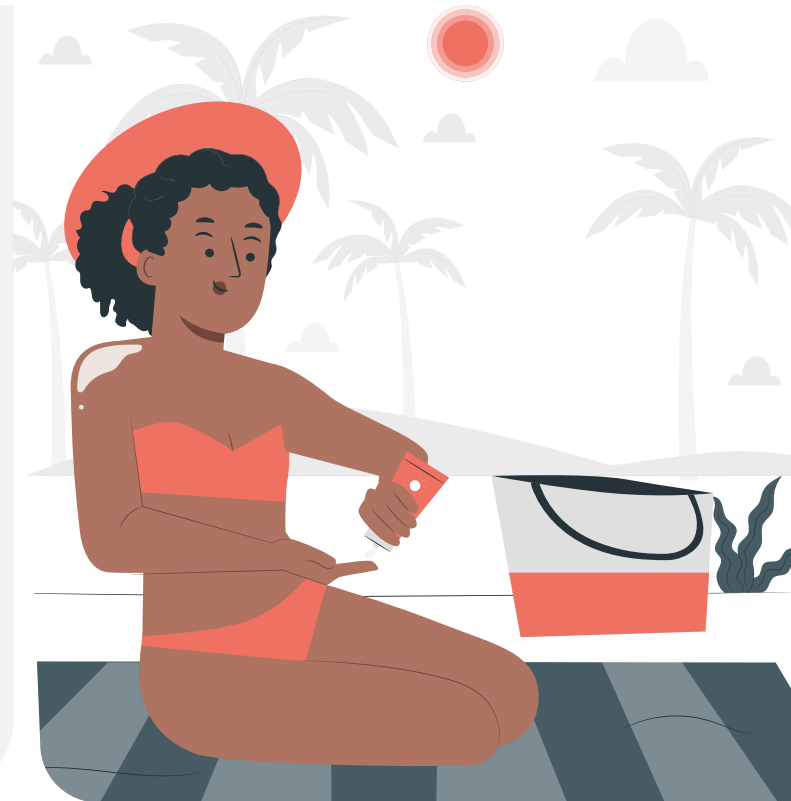
CUIDADOS DEL SOL



El sol tiene muchas propiedades beneficiosas para nuestro cuerpo, pero es necesario incorporar hábitos que nos permitan disfrutar del aire libre sin dañar nuestra salud. Desde La Mutual te damos algunos consejos para tener en cuenta:

COSTUMBRES QUE AYUDAN A CUIDARNOS:

- Evitá la exposición directa entre las 10 y las 16 hs. De hacerlo, que sea por períodos cortos y usando accesorios que te protejan del sol, como sombreros, anteojos con filtro UV, etc.
- Utilizá un protector solar de amplio espectro que tenga un FPS de 30 o superior. Recordá renovarlo cada 2 horas y al salir del agua. Incluso los días nublados.
- Durante el primer año de vida se recomienda no exponer al bebé de forma directa y colocarle un protector solar acorde a su edad.



Recordá que la Clínica AMEBPBA cuenta con el **SERVICIO DE DERMATOLOGÍA**. Para mayor información comunicate con nuestro Centro de Atención Telefónica al **0810-222-6888** de Lun. a Vie. de 9:30 a 17 hs. o a través de nuestro sitio web www.amebpba.org.ar.

