

## EL SOL PARA LOS BEBES

El **sol emite diferentes tipos de radiaciones**, entre ellas los rayos infrarrojos, la luz visible y los rayos ultravioleta:

**UVB:** causantes de las quemaduras y desarrollo de tumores a largo plazo

**UVA:** producen reacciones de fotosensibilidad y el envejecimiento prematuro de la piel



La mayor parte de la **exposición solar de una vida** se concentra en los primeros 18 años.

La **piel de un niño es más susceptible al daño derivado de la luz solar** y sus mecanismos de defensa son menos eficaces.

### Menores de 6 meses

No se les debe exponer a las radiaciones solares directas.

No se aconseja la administración de cremas solares.

Mantener la lactancia a demanda para asegurar su hidratación.

Colocarlos bajo la sombra, toldos, capotas o sombrillas.



**Niños entre 6 meses y 2 años de edad:** es preferible fotoprotectores con filtros físicos o de pantalla, que son aquellos que reflejan la luz solar.

**Usar fotoprotectores adecuados a la edad del niño.**

Aplicarlos media hora antes de la exposición.

Aplicar cada 2 horas o antes en caso de baños prolongados.

### LO MÁS IMPORTANTE: LA PREVENCIÓN

🍦 Ninguna crema solar les protege completamente, incluso con FPS elevados.

🍦 Evitar la exposición en las horas centrales del día (12:00 - 17:00)

🍦 Aumentar la protección con uso de ropas, sombreros y gafas de sol.

🍦 Mantener siempre hidratados a los niños.

### SE ACONSEJA APLICAR CREMAS:

#### Water-resistant

**“resistente al agua”**

Cuando el fotoprotector sigue manteniendo su efecto después de 40 minutos dentro del agua



#### Waterproof - “a prueba de agua”

Cuando actúa durante más de 80 minutos