

Sun Protection – No Skin Off Your Nose

Infographic – Spanish





protección solar

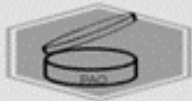
@farmaadicta



que debes saber sobre tu protector



mira siempre la fecha de caducidad



ten en cuenta el indicador PAO (period after opening)



los solares de filtros químicos tienen una vida más corta que los de filtros físicos



manténlos siempre en lugares secos y sin exposición a altas temperaturas



hay fotoprotectores de filtros químicos



también de filtros físicos indicados a bebés, pieles atópicas o con alergias solares



o de la mezcla de ambos



la nutricosmética fotoprotege tu piel de las quemaduras y del fotoenvejecimiento

como elegir el fotoprotector correcto



debes elegir el factor de protector solar en función de tu fototipo



de textura adecuada a tu piel, edad o tipo de exposición (correr, tomar el sol, pasear...)



en función de el lugar de aplicación (rostro, cuerpo, cuero cabelludo)



del nivel de radiación (no es lo mismo invierno, verano, esquiar, que viajar)

como elegir el fotoprotector correcto



todos los días del año



reaplicar cada 2 horas



cantidad generosa de crema, unos 30 ml por adulto



aplicar sobre la piel limpia y seca y unos 30 minutos antes de la exposición solar

¿qué más debo saber?



waterproof

resistente al agua mantiene su nivel original de protección tras 40 minutos de inmersión en el agua



water Resistant

a prueba de agua mantiene su nivel original de protección tras 80 minutos de inmersión en el agua



FPS

EL FPS indica la protección adicional a tu resistencia al sol que ese solar te está dando, es decir cuánto tiempo te está protegiendo frente a los daños del sol.



el roce de la toalla, el sudor y los baños afectan a tu protección. Reaplica a menudo, más vale que sobre, más vale prevenir

Fuente: <https://farmaadicta.com>