

Sun Protection – No Skin Off Your Nose Infographic – Spanish



protección solar

@farmaadicta

farmaadicta

que debes saber sobre tu protector

<p>mira siempre la fecha de caducidad</p>	<p>ten en cuenta el indicador PAO (period after opening)</p>	<p>los solares de filtros químicos tienen una vida más corta que los de filtros físicos</p>	<p>mantenlos siempre en lugares secos y sin exposición a altas temperaturas</p>
<p>hay fotoprotectores de filtros químicos</p>	<p>también de filtros físicos indicados a bebés, pieles atópicas o con alergias solares</p>	<p>o de la mezcla de ambos</p>	<p>la nutricosmética fotoprotege tu piel de las quemaduras y del fotoenvejecimiento</p>

como elegir el fotoprotector correcto

<p>debes elegir el factor de protector solar en función de tu fototipo</p>	<p>de textura adecuado a tu piel, edad o tipo de exposición (correr, tomar el sol, pasear...)</p>	<p>en función de el lugar de aplicación (rostro, cuerpo, cuero cabelludo)</p>	<p>del nivel de radiación (no es lo mismo invierno, verano, esquiar, que viajar</p>
--	--	---	--

como elegir el fotoprotector correcto

<p>todos los días del año</p>	<p>reaplicar cada 2 horas</p>	<p>cantidad generosa de crema, unos 30 ml por adulto</p>	<p>aplicar sobre la piel limpia y seca y unos 30 minutos antes de la exposición solar</p>
-------------------------------	-------------------------------	--	---

¿qué más debo saber?

<p>waterproof</p> <p>resistente al agua mantiene su nivel original de protección tras 40 minutos de inmersión en el agua</p>	<p>water Resistant</p> <p>a prueba de agua mantiene su nivel original de protección tras 80 minutos de inmersión en el agua</p>	<p>FPS</p> <p>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.</p>	<p>el roce de la toalla, el sudor y los baños afectan a tu protección. Reaplic a a menudo, más vale que sobre, más vale prevenir</p>
--	---	---	--

