

# DÍA DEL LUNAR

## CÁNCER DE PIEL



### RECOMENDACIONES

para realizar actividades  
con **exposición al sol**:



**Reducir la exposición**  
solar entre las **10** de la  
mañana y las **4** de  
la tarde.



**Utilizar bloqueador**  
**con filtro solar**  
**superior a 30**, aplicarlo  
cada dos horas.



**Utilizar sombreros**  
**de ala ancha y lentes**  
**de sol** con un índice  
de 100% de UV.



**Usar ropa ligera y**  
**de manga larga**,  
en el caso de niños  
y adultos mayores.