



CULTIVANDO EL BIENESTAR

Seguridad solar en verano

Protegerse del sol es una responsabilidad durante todo el año, pero es especialmente importante durante los soleados meses de verano. El daño solar puede provocar más que una simple quemadura solar dolorosa.

La exposición prolongada a los rayos ultravioleta (UV) emitidos por el sol puede provocar graves problemas de salud, como cáncer de piel. Además, la exposición prolongada al sol puede dañar los ojos, provocando afecciones como cataratas, degeneración macular e incluso melanoma ocular.

Inspeccione su piel periódicamente para detectar manchas o cambios de color o apariencia. Si tiene alguna inquietud, consulte con su médico.



Vive bien, trabaja bien

La edición de julio de Live Well, Work Well está aquí para ayudarlo a asar a la parrilla de manera segura, preparar los elementos esenciales de primeros auxilios para sus aventuras al aire libre y comprender las etiquetas de su protector solar.

Concientización mensual nacional

Julio es el Mes de la Concientización sobre la Seguridad UV, así que tome medidas para proteger su piel y ojos al disfrutar del aire libre. Para protegerse de los rayos UV, considere permanecer a la sombra durante las horas pico de sol, usar ropa protectora y gafas de sol, y aplicar un protector solar de amplio espectro con un FPS de al menos 30.

