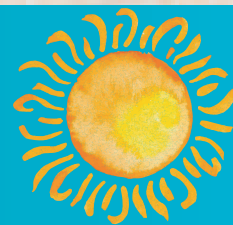


Llega el **Verano** y con él, el sol y el calor... por eso, te dejamos algunas recomendaciones para que cuides de tu **salud** en esta época:



NP 01 - Julio 2019



Evita exponerte al sol entre las 11 y las 17.

Mantente hidratad@ en todo momento, en especial, en actividades al aire libre.



Protégete bajo sombrillas o toldos y alterna tiempos entre sol y sombra.

Aplica suficiente protector solar y repite su aplicación, al menos, cada dos horas.



Usa prendas de vestir adecuadas.

Hidrata tu piel luego de la exposición al sol.

