

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	 mantenlos 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 adecuado 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>