

Reduce tu riesgo de cáncer de piel

Permanece en la sombra

Busca áreas sombreadas cuando estés al aire libre. Evita salir al sol entre las 10 a.m. y las 4 p.m.

Usa protector solar en la piel y los labios

Aplica generosamente 30 minutos antes de salir. Reaplica cada dos horas.

Usa productos con **SPF de 30** o más.

Cúbrete

Usa ropa oscura de tejido cerrado.

Elige un sombrero de ala ancha para proteger las orejas y el cuello.

Toma precauciones

El agua, nieve y arena amplifican los rayos de sol.

Evita las camas de bronceado

Las camas bronceadoras no son una alternativa segura al sol.

Usa lentes de sol

Busca lentes que contengan protección UVA y UVB.

www.BannerMDAnderson.com
(en inglés)

© The University of Texas MD Anderson Cancer Center
Junio 2017 | 480-256-6444 | www.BannerMDAnderson.com

 **Banner**
MD Anderson
~~Cancer~~ Center

T.W. Lewis Melanoma Center of Excellence