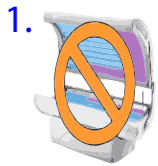


# Buena Salud® Club

## I-866-783-2645



### ¡Protéjase del cáncer de la piel!

1. No use camas o lámparas bronceadoras.
2. Aplíquese el bloqueador solar y cubra totalmente la piel expuesta 30 minutos antes de salir. Reaplíquelo cada dos horas y después de sudar o nadar.
3. Use un bloqueador solar con mínimo SPF de 15 o mayor para protegerse contra la radiación UVA y UVB (amplio espectro).
4. Use sombreros de ala ancha.
5. Proteja sus ojos con lentes de sol.
6. Busque la sombra especialmente entre las 10 a.m. y 4 p.m.
7. Examine su piel y busque cambios inusuales.



[www.nuestrasvoces.org](http://www.nuestrasvoces.org)



[health4americas](https://twitter.com/health4americas)



[healthyamericas](https://www.facebook.com/healthyamericas)