



El Verano
de tu Vida
COFM
COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE MADRID

FOTOPROTECCIÓN EN LA INFANCIA

La piel de los niños cuenta con menos mecanismos naturales de defensa porque...

- 1** Es **más fina** que la de los adultos
- 2** Tiene **menor actividad de las glándulas sudoríparas y sebáceas**, lo que afecta la regulación de la temperatura corporal
- 3** Tiene **menos capacidad para sintetizar melanina**, que protege contra los rayos UV
- 4** La superficie es mayor en relación con su peso, lo que implica más capacidad de absorción que la de los adultos

Consejos para una adecuada protección solar en niños

Menores de 1 año: **no exponerlos de forma directa** a las radiaciones solares

Hasta los 3 años: **limita** su exposición solar directa y prolongada. Deben permanecer en zonas con sombra, protegidos con ropa, gorras y gafas con protección UV

A partir de los 3 años: realizar una exposición solar **moderada** y siempre aplicando generosamente el fotoprotector

Presta atención a las actividades al aire libre: **excursiones, recreo, parque, campamentos**

Evita horas centrales del día (entre las 12.00 y las 16.00 h)

Desecha fotoprotectores una vez transcurrido el **período PAO** o según indique su **fecha de caducidad**



El Verano de tu Vida

COFM
COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE MADRID

FOTOPROTECCIÓN EN LA INFANCIA

Es recomendable que el adulto **haga participe al niño** en la aplicación del protector para educarle en **hábitos de vida fotosaludables**

Reaplica protector **cada 2 horas y después de cada baño**

No olvides zonas como **pies, orejas, cara o manos**

Conciencia a los niños sobre la importancia de la fotoprotección como hábito imprescindible para prevenir graves enfermedades de la piel

Protégelos durante todo el año, incluso los días nublados



FOTOPROTECTORES CON FORMULACIONES ADAPTADAS A LOS MÁS PEQUEÑOS



Filtros minerales. No se absorben a través de la piel, reflejando la radiación solar

Testados pediátricamente y con contenido reducido en sustancias que puedan producir alergias o irritación (perfumes, alcohol)

Con protección alta o muy alta (SPF 50+) y frente a radiación ultravioleta A y B

El **formato stick** (barra que no precisa extenderse con las manos) es interesante para la reaplicación autónoma

Resistentes al agua y a la sudoración