



## Disfruta estas vacaciones de manera segura

Conoce las recomendaciones para un viaje seguro  
#SigamosCuidándonos este verano y demos juntos Señales de Vida

## PROTÉGETE DEL SOL:

1



Usa protector solar media hora antes de exponerte al sol y repite cada dos horas

2



Hidrátate durante todo el día tomando abundante agua

3



Utiliza elementos de protección solar, como sombreros y anteojos con protección UV

4



Evita la exposición al sol por tiempos prolongados