

Desmontando mitos sobre el cuidado de tu piel

✘ Solo hay que cuidar la piel en verano

✔ Los rayos UV atraviesan las nubes y afectan a la piel durante todo el año

✘ La piel oscura no necesita protección solar

✔ La melanina protege en parte, pero no evita el envejecimiento prematuro ni el riesgo de cáncer de piel

✘ Las cremas solares no caducan

✔ Pierden eficacia con el tiempo, reemplázalas cada 12 meses

✘ El FPS indica el tiempo exacto de protección

✔ El FPS multiplica tu tiempo natural de defensa, pero no significa que estés protegido todo ese tiempo sin reaplicar

✘ FPS 50 nos protege totalmente del sol

✔ Aunque es alta protección, debe reaplicarse cada 2 horas, sobre todo tras sudar, bañarse o secarse con una toalla

✘ El protector solar impide que absorbas vitamina D

✔ Con solo unos minutos al sol al día obtienes suficiente vitamina D, el protector no bloquea totalmente su síntesis

