

PROTEZIONE SOLARE NEI BAMBINI

- Stare all'**ombra** il più possibile.
Questo vale soprattutto per i **neonati** e per i **lattanti fino all'età di 6 mesi** che devono restare al riparo dalla luce solare diretta.
- **Limitare l'esposizione al sole tra le ore 10 e le ore 16**, il sole è più forte e i raggi ultravioletti (UV) sono più intensi soprattutto tra le ore 12 e le ore 14 e vanno evitati.
- Proteggere la pelle indossando **abiti freschi e comodi e non traslucidi che coprono il corpo**. Eventualmente usare abiti con protezione UV.
- Portare un **capello che fornisce ombra al viso, al collo e alle orecchie**
- Portare **occhiali da sole** a misura di bambino **con protezione UV**
- Usare una **crema solare che protegge dai raggi UVB e UVA**:
 - **applicazione su viso, orecchie, dietro il collo, braccia, dorso delle mani, gambe, dorso dei piedi e se non sono coperti su petto, addome e schiena**
 - applicazione **10-15 minuti prima di uscire** e **riapplicazione ogni 2 ore** specialmente quando si sta fuori per molto tempo **e dopo aver fatto il bagno** in piscina e in mare.
 - Osservare attentamente se si sviluppano segni premonitori di scottature (pelle arrossata e calda). In questo caso portare il bambino nell'ombra, fare raffreddare la cute e applicare più volte al giorno Neoviderm crema o Connettivina crema o VEA spray.
- **Bere molto!**