



PÍLDORA INFORMATIVA

23 • JUNIO 2020



DISFRUTA UN VERANO SALUDABLE Y SEGURO



Evita exponerte al sol en las horas más calurosas (11 a 17 horas)



Utiliza protección solar en todo el cuerpo. Usa sombrero o gorra y gafas de sol



Aumenta la hidratación, la mejor opción es beber agua



Extrema la precaución en la preparación y conservación de los alimentos



Y no olvides las medidas de prevención ante el coronavirus



Es un consejo del



EXCMO. COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA
DE CÁDIZ

FUENTES

Organización Mundial de la Salud

Consejería de Salud y Familias.
Junta de Andalucía

Ministerio de Sanidad. Gobierno
de España