

CONSELLS PER A PROTEGIR DEL SOL A BEBÉS I XIQUETS / ES

En general, els bebés i els xiquets/es menors de quatre anys suporten pitjor la calor i els canvis de temperatura. Durant el període estival cal prendre una sèrie de **mesures de seguretat destinades a previndre els possibles riscos** en la salut relacionats amb el sol i amb les elevades temperatures.



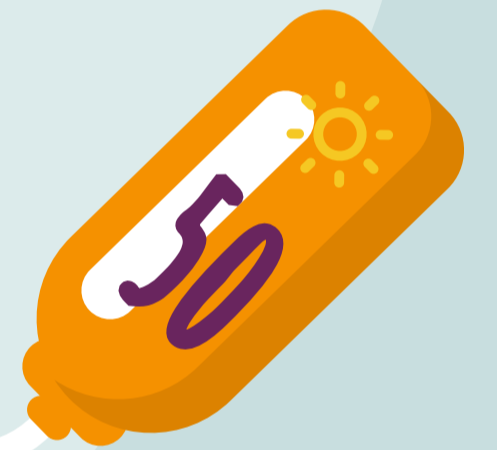
Ofereix-li sovint **líquids per a beure**.



Cerca un lloc **en l'ombra, fresc i ventilat** per a protegir el teu bebé. Evita l'exposició al sol en les hores centrals del dia.



Utilitza **roba preferiblement de teixits naturals**, com el cotó, folgada, de colors clars i que deixe transpirar. Protegeix-lo amb una gorra i utilitza una ombrel·la en la seua cadireta.



Aplica **crema de protecció solar adequada per a la seua edat** i a les característiques del bebé o xiquet/a.



Utilitza **ulleres de sol homologades** per a protegir-li els ulls de les radiacions solars.

Evita la calor en els desplaçaments amb cotxe. Empra para-sols, baixa les finestretes, **fes ús de l'aire condicionat amb moderació**.

NO deixes MAI al bebé i el xiquet/a sol dins del cotxe, encara que siga per un espai curt de temps amb el cotxe a l'ombra.



Per a més informació.

A través de la web de la Conselleria de Sanitat (<https://www.san.gva.es/ca/web/salut-publica/onada-de-calor>) pot obtenir's diàriament informació sobre els nivells de risc per temperatura previstos i més informació sobre mesures preventives.