



UNIVERSIDAD DE GRANADA

Delegación del Rector
para la Salud y las
Relaciones con el
Sistema Sanitario

Mensaje Saludable Junio

Mensaje escrito.pdf

Universitat Jaume I

Alíate con el sol, protégete.

13 de Junio

DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE PIEL

Alíate con el sol, protégete

¿El sol es una fuente de vida sin riesgos?

Nos ayuda a recargar vitamina D
Favorece la acción del sistema inmunitario
Mejora la circulación de la sangre
Favorece la calidad del sueño...

SÍ

Tu exposición solar es gradual.
Te hidratas de manera adecuada.
Usas protectores solares efectivos.
Utilizas textiles adecuados.

NO

Cuando te expones directamente, en horas centrales del día.
Si usas protectores inadecuados.
Si consumes bebidas que no hidratan.

UNIVERSITAT JAUME I
REUPS
crue
Universidades Españolas
Sostenibilidad

3 OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE
UNIVERSIDAD DE GRANADA
COMPLUTENSE

unisaludables.com

<http://delegacionsalud.ugr.es/>