



# NÃO ESPERE UM SINAL, **PREVENÇÃO É TODO DIA.**

Um cuidado diário para  
combater o câncer de pele

Apoio:

O câncer de pele não melanoma é o mais frequente no Brasil e corresponde a cerca de 30% de todos os tumores malignos registrados no país.



O cuidado deve ser diário, seja nos dias ensolarados ou nublado.  
Veja como proteger-se dos raios UV:



Boné ou chapéu



Óculos escuros



Roupa que cubra a pele



Sombrinha ou guarda-sol



Filtro solar com fator de proteção maior que 30



Evitar a exposição direta ao sol das 10h às 16h

Lembre-se: As luzes fluorescentes emitem radiação UV, por isso também é necessário cuidados nos ambientes internos



Apoie o Hospital Amaral Carvalho!  
Ligue: 0800 778 8008 / (14) 3602-1100 ou (14) 98129-8873  
ou pelo email: [doacao@amaralcarvalho.org.br](mailto:doacao@amaralcarvalho.org.br)  
[www.amaralcarvalho.org.br](http://www.amaralcarvalho.org.br)