

Week 22 – Sun Protection & Skin Safety / Semana 22 – Protección solar y seguridad de la piel

Introduction / Introducción

Working outdoors exposes us to harmful UV rays, even on cool or cloudy days. / Trabajar al aire libre nos expone a rayos UV dañinos, incluso en días frescos o nublados.

Key Safety Points / Puntos clave de seguridad

1. Wear sunscreen, long sleeves, and wide-brimmed hats. / 1. Use protector solar, mangas largas y sombreros de ala ancha.
2. Take breaks in shaded areas when possible. / 2. Tome descansos en áreas sombreadas cuando sea posible.
3. Watch for signs of sunburn or skin damage. / 3. Esté atento a signos de quemaduras solares o daño en la piel.

Closing / Cierre

Protecting your skin today prevents long-term health issues. / Proteger su piel hoy previene problemas de salud a largo plazo.