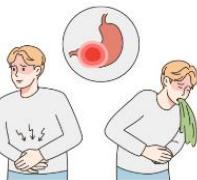




Protege tu piel de la pintura y de los rayos UV: No dejes tu rostro con pintura más de 3 horas



Protege tus ojos de la pintura: Usa lentes de sol y protege tus ojos de elementos festivos como pintura, harina, talco, etc.,



Evita los excesos de comida y bebidas: podrás prevenir intoxicaciones.



Evita pasar mucho tiempo sin comer, ya que con el estómago vacío el alcohol se absorbe más rápido.



Hidrátate: Consume abundante agua a lo largo del día, esto te ayudará a evitar la deshidratación y a contrarrestar los excesos de alcohol y de comida que hayas ingerido.



"Disfruta las fiestas de carnaval sin descuidar tu salud"



UNAP



COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO SALUD OCUPACIONAL

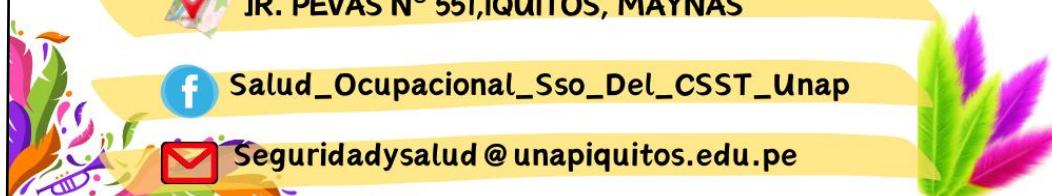
CARNAVAL SALUDABLE



JR. PEVAS N° 551, IQUITOS, MAYNAS

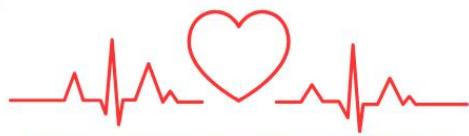
Salud_Ocupacional_Sso_Del_CSST_Unap

Seguridadysalud @ unapiquitos.edu.pe



INTRODUCCIÓN

En gran parte del Perú, se celebran los tradicionales carnavales, una festividad que une a propios y a visitantes. Sin embargo, en medio de la euforia festiva, es importante adoptar medidas preventivas para evitar los peligros en nuestra salud y ser víctima de esta celebración.



¿QUÉ ES EL CARNAVAL SALUDABLE?



Un carnaval saludable es una celebración que busca concientizar a la comunidad sobre la importancia de una vida saludable. Para ello, se realizan actividades que promueven el bienestar físico, mental y espiritual durante la celebración.

