

## **Fundación Hefame apoya medidas para combatir el calor y proteger a los ciudadanos**

Un año más, Fundación Hefame apoya actividades que recuerden que con la llegada del verano y las altas temperaturas se ha de hacer hincapié en las recomendaciones destinadas a la población como método de prevención de los efectos negativos que puede ocasionar el calor, tales como golpes de calor o quemaduras solares.



Para ello, el 15 de junio Fundación Hefame estuvo con la Concejalía de Sanidad y Consumo la Asociación Española Contra el Cáncer y la Cruz Roja, que instalaron mesas informativas, en Lorca-Murcia, con el fin de informar a la población sobre las

recomendaciones a seguir para evitar los golpes de calor y las quemaduras solares, se repartieron 400 botellines de agua, muestras de cremas solares INTERAPOTHEK 'ia', donadas por Fundación Hefame, y folletos informativos con las recomendaciones que deben seguir los ciudadanos ante las altas temperaturas.



**Influencers por la salud**

29 jun. 2023 - 19:00

Ponte en tu piel:  
Claves para una piel sana y radiante

CON ROSA RODRIGUEZ, ENFERMERA DERMOSTÉTICA  
**@enfermerarubia**

CON CLARA MOTOS, FARMACÉUTICA Y SKIN COACH  
**@clara.motos**

Te invitamos a una merienda saludable

UBICACIÓN:  
**Siempre Verde Celebraciones**  
Cabezo de Torres, Murcia

**Entrada gratuita**  
AFORO LIMITADO: inscríbete en el 900 100 036

patrocinan:  
**CASA TOMÁS** SKIN PERFECTION by **lanvivi**

colabora:  
Finca **Siempre Verde**

asociación española contra el cáncer en la Región de Murcia



De otra parte, el 29 de junio Fundación Hefame acompañó a la aecc en su evento “Ponte en tu piel: Claves para una piel sana y radiante”, acto destinado al público general con el que se sensibilizó a más de un centenar de personas sobre la importancia de cuidarse del sol, utilizando, entre otras medias, cremas solares a diario, poniendo de ejemplo las muestras que se regalaron a la población de la marca “ia” de la Cooperativa Hefame.

Con estas dos acciones Fundación Hefame quiere recordar a la población cómo prevenir los ‘golpes de calor’ los efectos que el

excesivo sol puede provocar, sobre todo en los colectivos más vulnerables de la población, como son personas mayores, enfermos y niños, ya que pueden llegar a ser muy negativos para la salud y que, el pasado año 2022 produjeron la muerte de cinco personas en la Región de Murcia”.



Los problemas de salud asociados a las altas temperaturas pueden evitarse con medidas tan sencillas como beber mucha agua sin esperar a tener sed, hacer comidas ligeras, permanecer en lugares frescos y a la sombra y evitar las actividades deportivas o en el exterior durante las horas centrales del día, sin olvidar aplicar un fotoprotector solar adecuada a cada persona en cara y cuerpo.