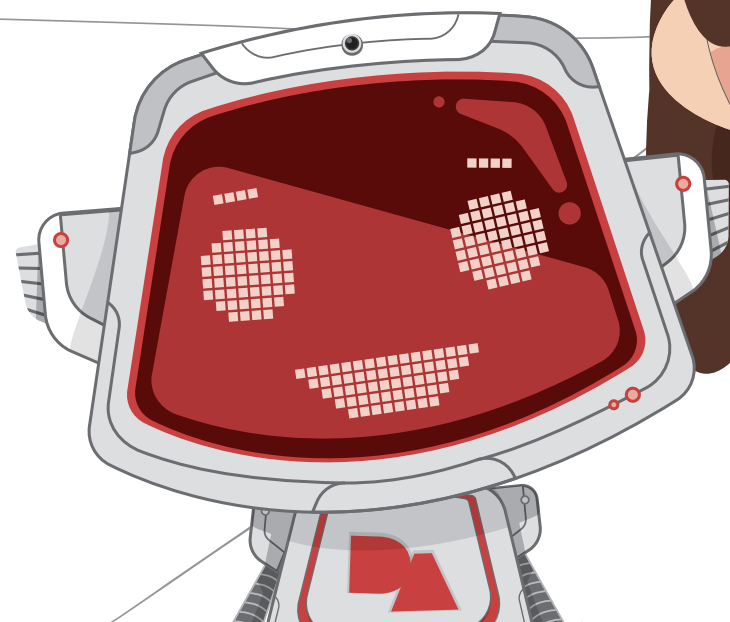


D&A

A DIANA NA PRAIA

LIVRO
PARA
PINTAR



Finalmente chegou o sol e o bom tempo!!

A6/11 sabes onde vamos hoje?

À praia com a minha mãe e a Rita, a minha melhor amiga!

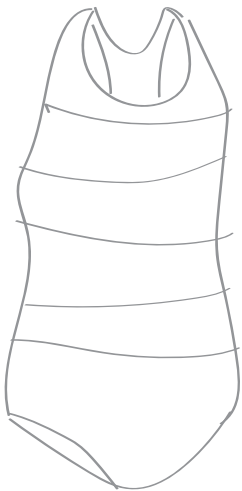
Vou preparar o nosso saco para irmos passear.

O que é mais importante levarmos:

Garrafa de água



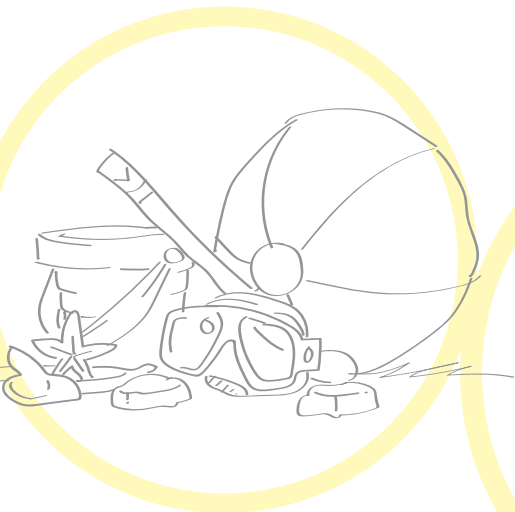
Fato de banho



A minha toalha fofinha



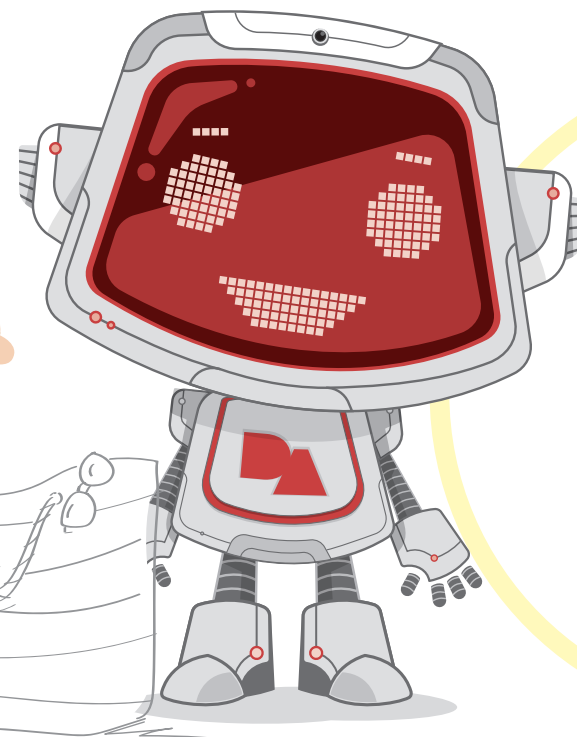
Brinquedos



Água termal, para a minha cara



Chapéu, para proteger a minha cabeça do sol



E o mais importante de tudo o protetor solar que protege a nossa pele do sol.

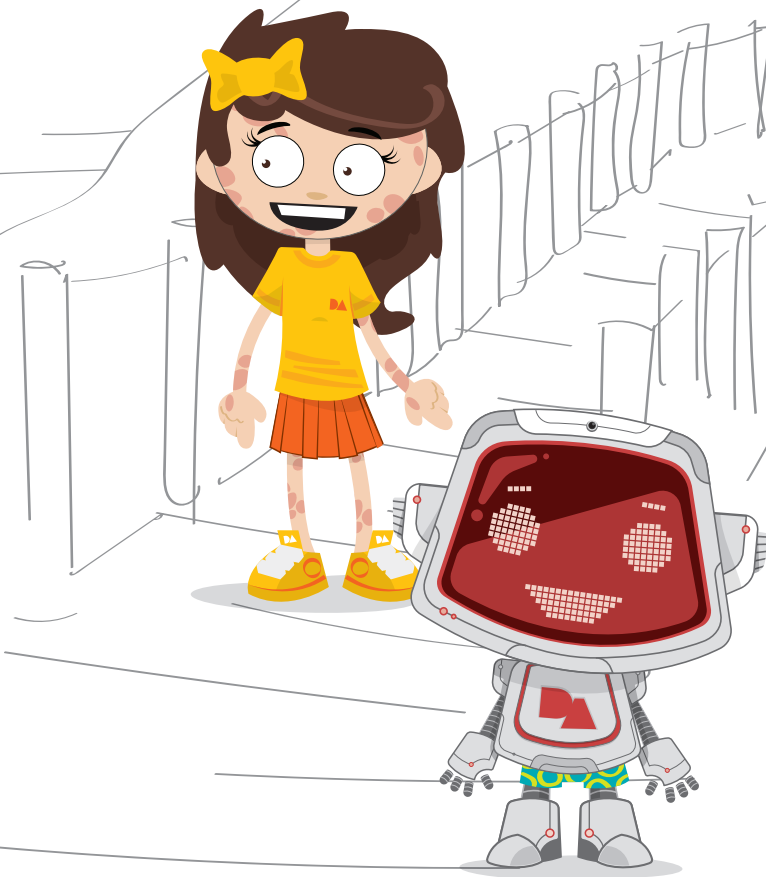
É mais complicado poder ir à praia por ter Dermatite Atópica Grave mas como está controlada eu vou na mesma como todos os meus amigos da escola.

Tenho que ter mais alguns cuidados que eles, por causa das feridas que posso ter na pele, por exemplo, ou por causa da exposição ao sol.

Antes de ir para a praia, ainda em casa, é importante aplicar um creme hidratante como em qualquer outro dia.

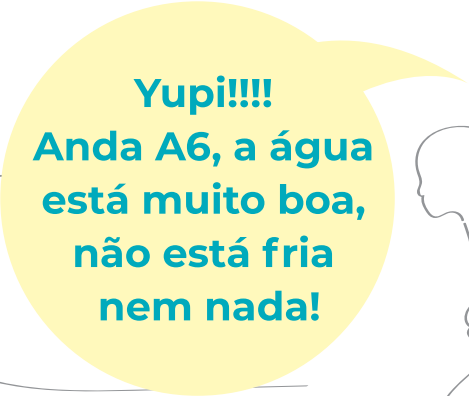
Depois do hidratante, é boa ideia aplicar o creme protetor solar para proteger a minha pele do sol.

Ontem tive muita comichão e cocei um pouco demais o meu braço e fiz uma ferida pequenina, e sei que quando entrar na água ela pode arder, porque a água salgada nas feridas arde um bocadinho, por isso tenho que ter algum cuidado ao entrar na água.

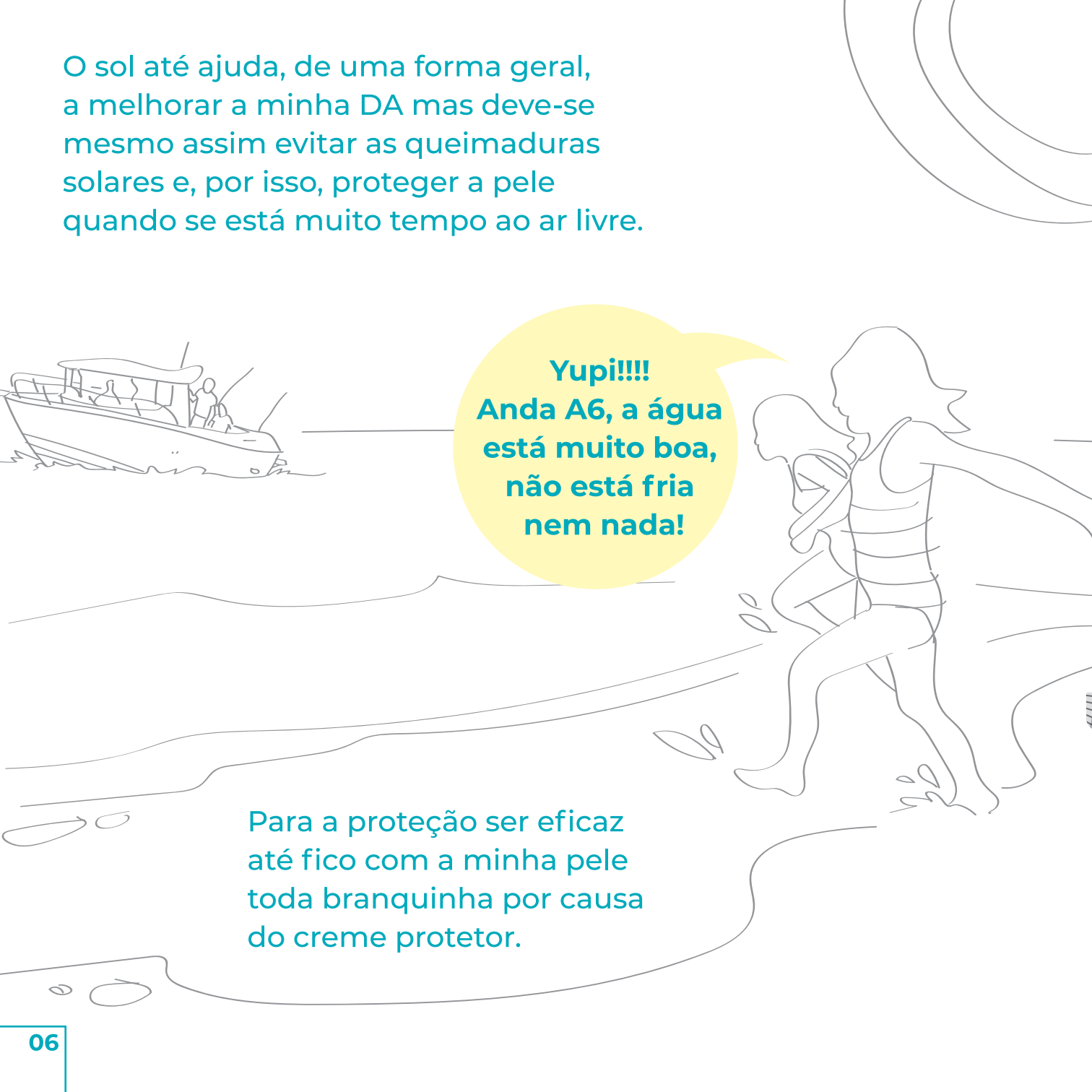


Também vou ter que ter cuidado com a areia nesta ferida, pois a areia nas feridas arde muito!

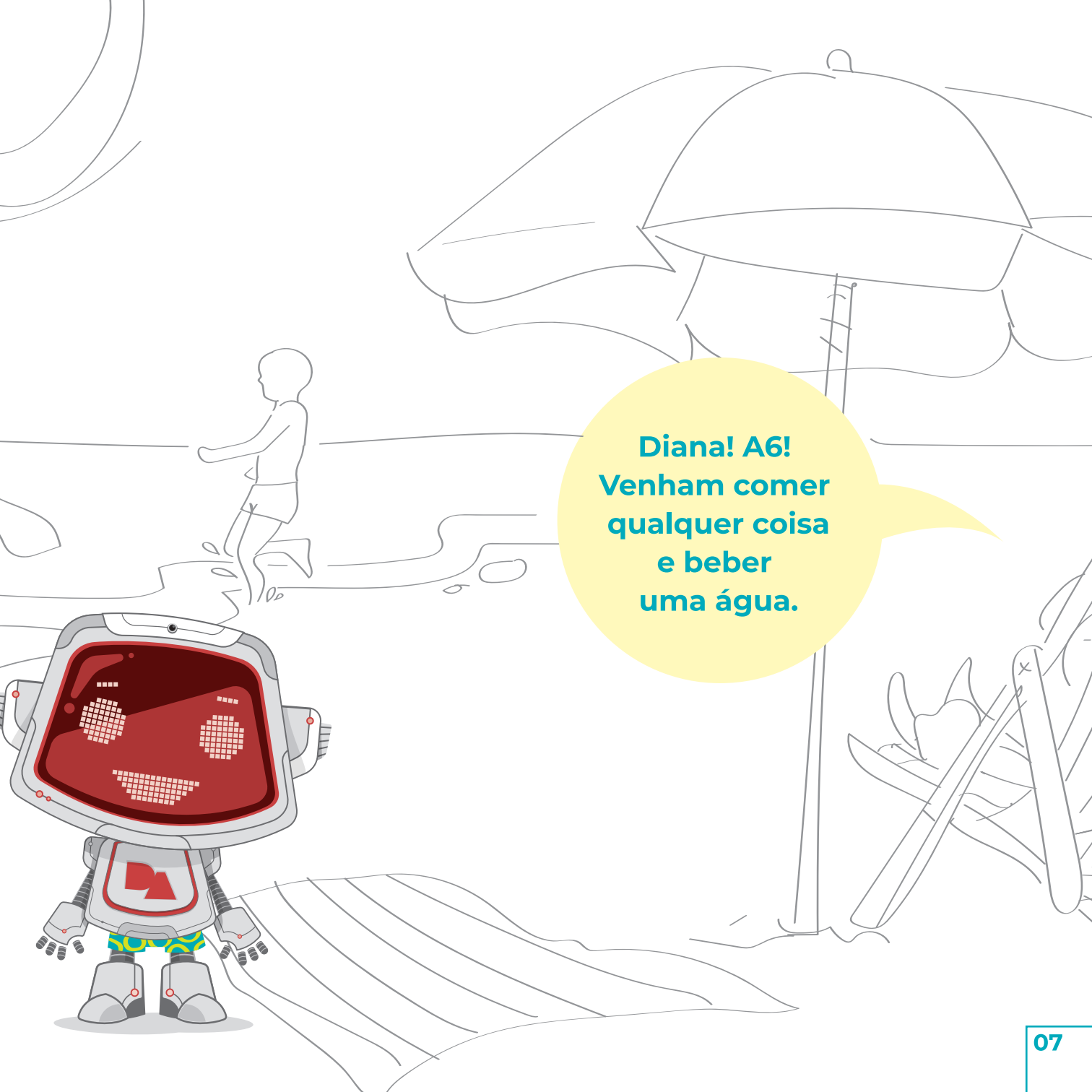
O sol até ajuda, de uma forma geral, a melhorar a minha DA mas deve-se mesmo assim evitar as queimaduras solares e, por isso, proteger a pele quando se está muito tempo ao ar livre.



**Yupi!!!!
Anda A6, a água
está muito boa,
não está fria
nem nada!**



Para a proteção ser eficaz até fico com a minha pele toda branquinha por causa do creme protetor.

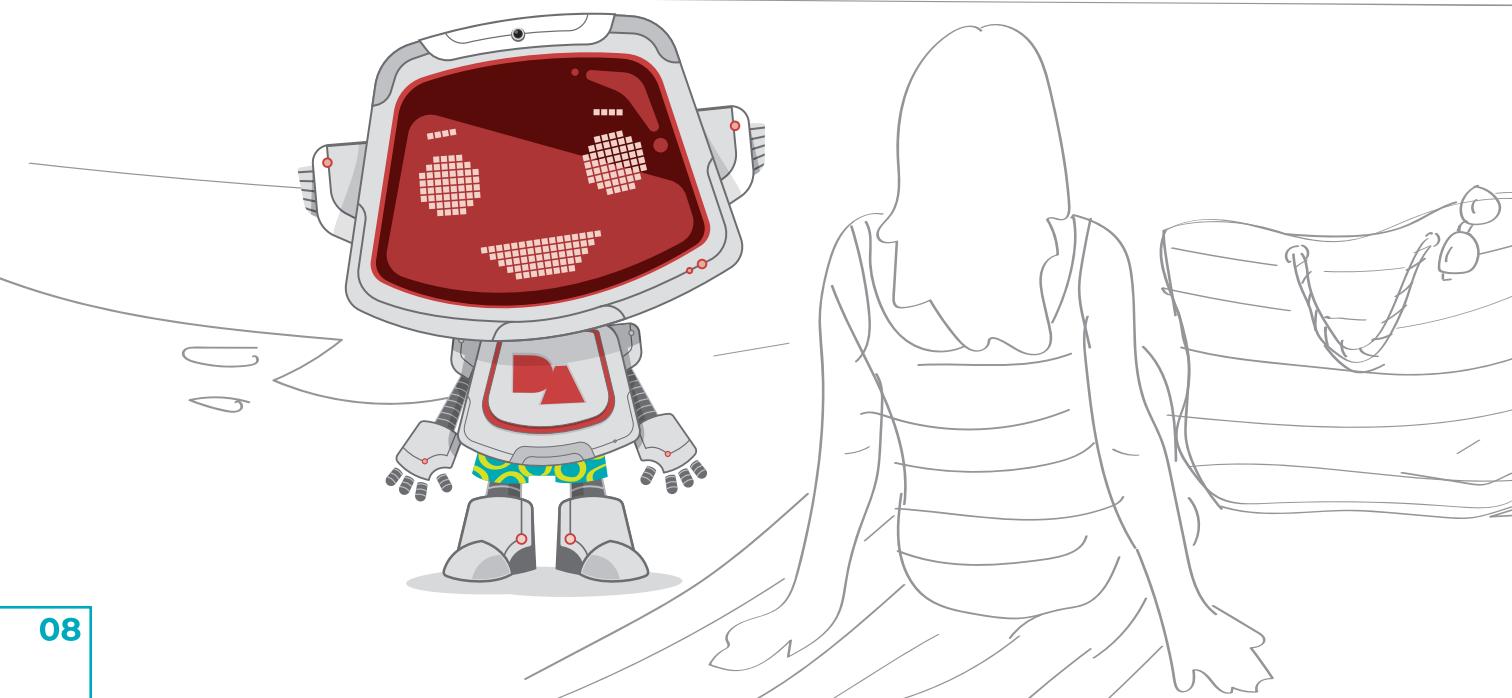
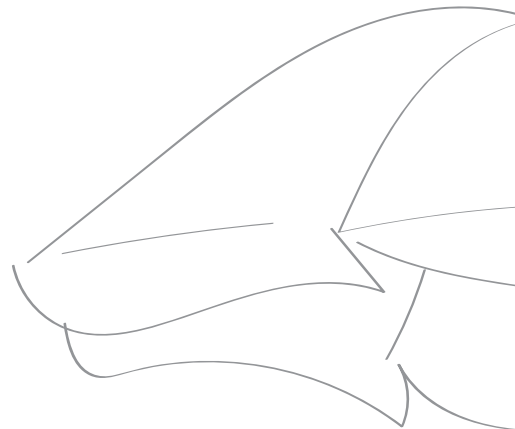
A line drawing of a beach scene. In the foreground, a small robot with a red screen for a face and a red 'A' on its chest stands on a towel. In the background, a person is walking on the beach, and a large beach umbrella is open. A yellow speech bubble is positioned in the middle of the scene.

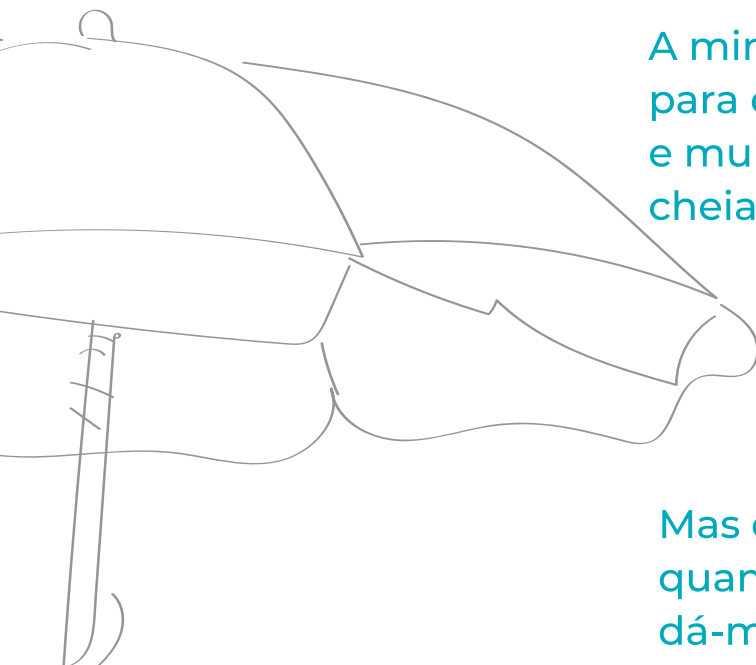
**Diana! A6!
Venham comer
qualquer coisa
e beber
uma água.**

Depois de um banho de mar ou de estar mais de 2h ao sol, é necessário aplicar novamente o protetor solar pois a camada aplicada antes já perdeu o efeito.

Se o sal que fica na pele incomodar, podemos passar com água doce e secar bem, antes de reaplicar o protector solar.

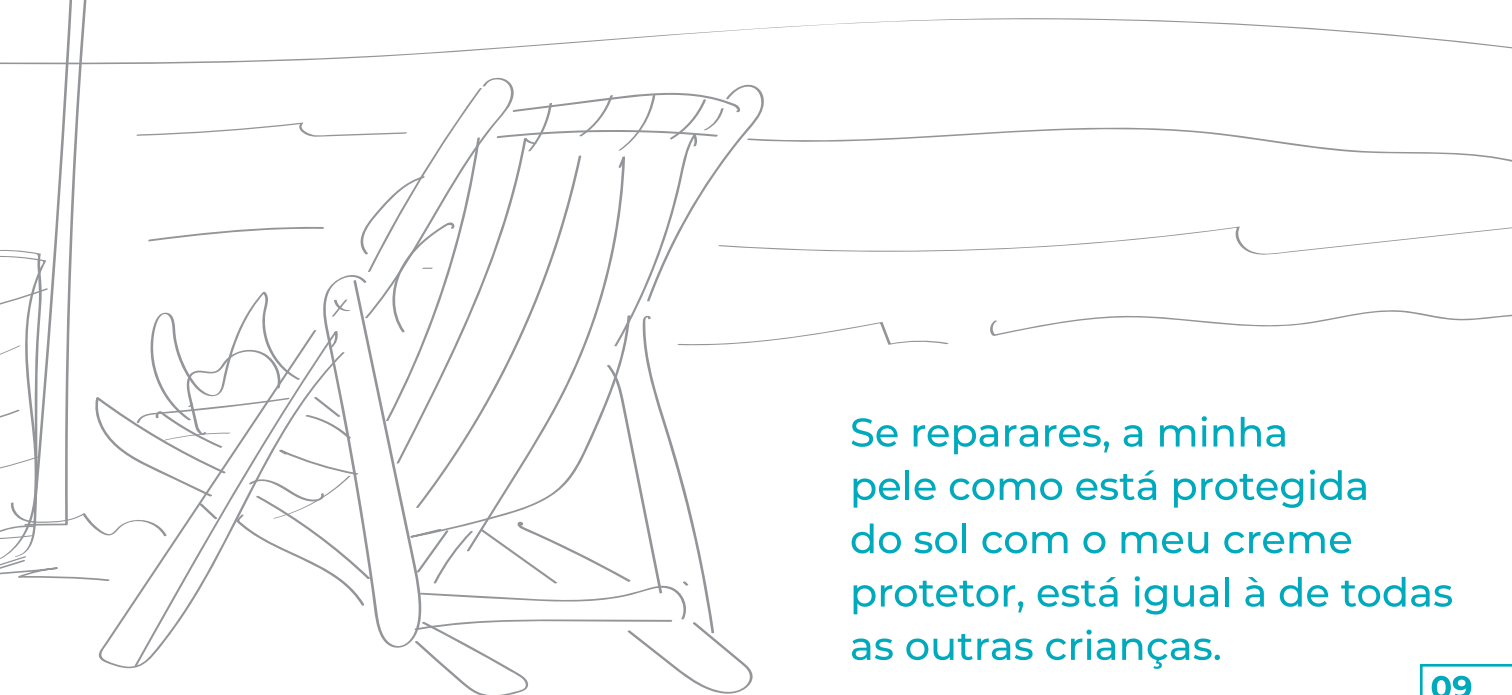
Cuidado com o efeito "lixa" de uma toalha cheia de areia!





A minha mãe traz sempre muita água para estarmos sempre hidratados e muita fruta, pois é super fresca, cheia de nutrientes e super saudável!

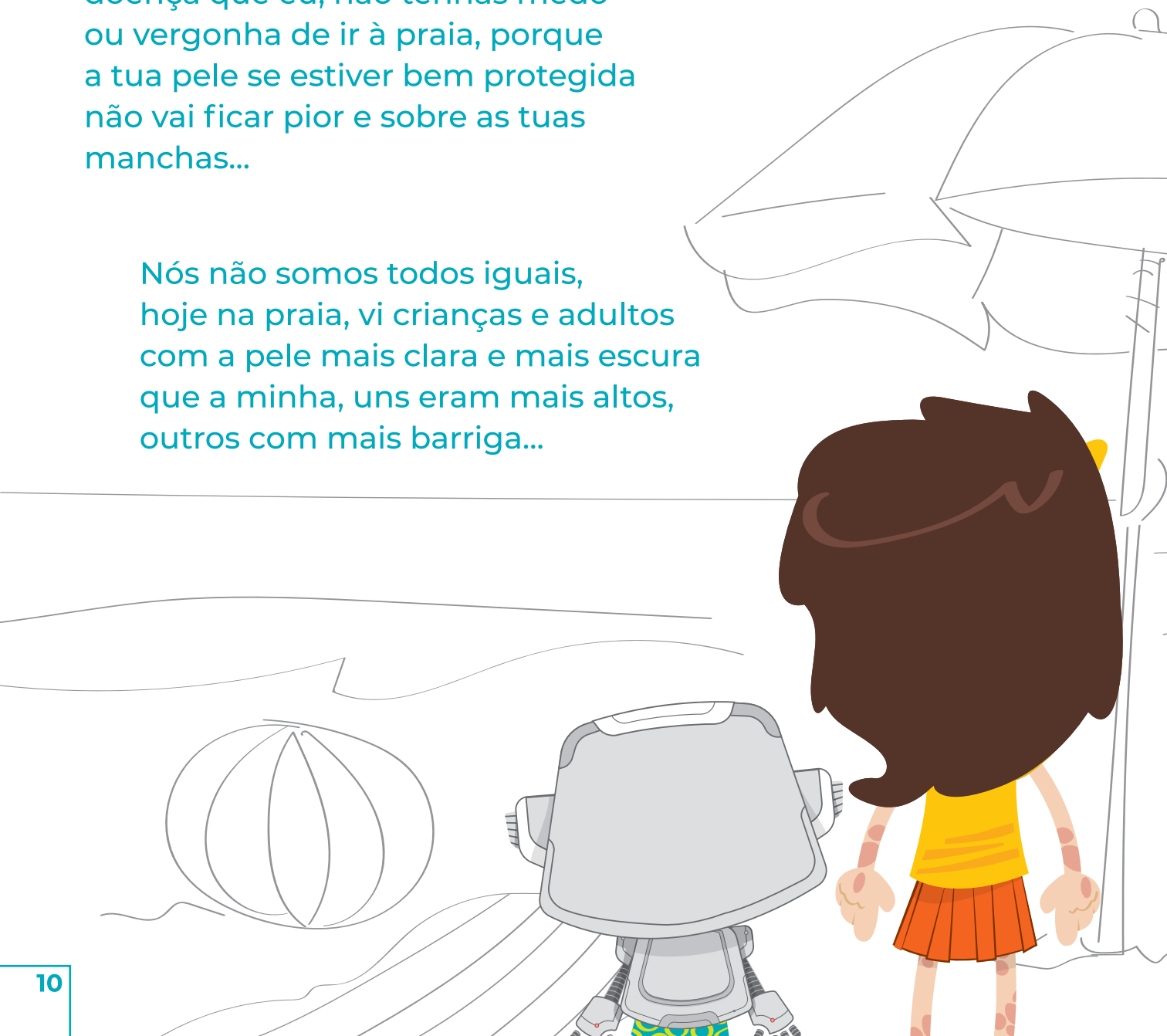
Mas eu peço-lhe sempre um gelado quando vamos à praia e às vezes ela dá-me e outras vezes não consigo convencê-la!

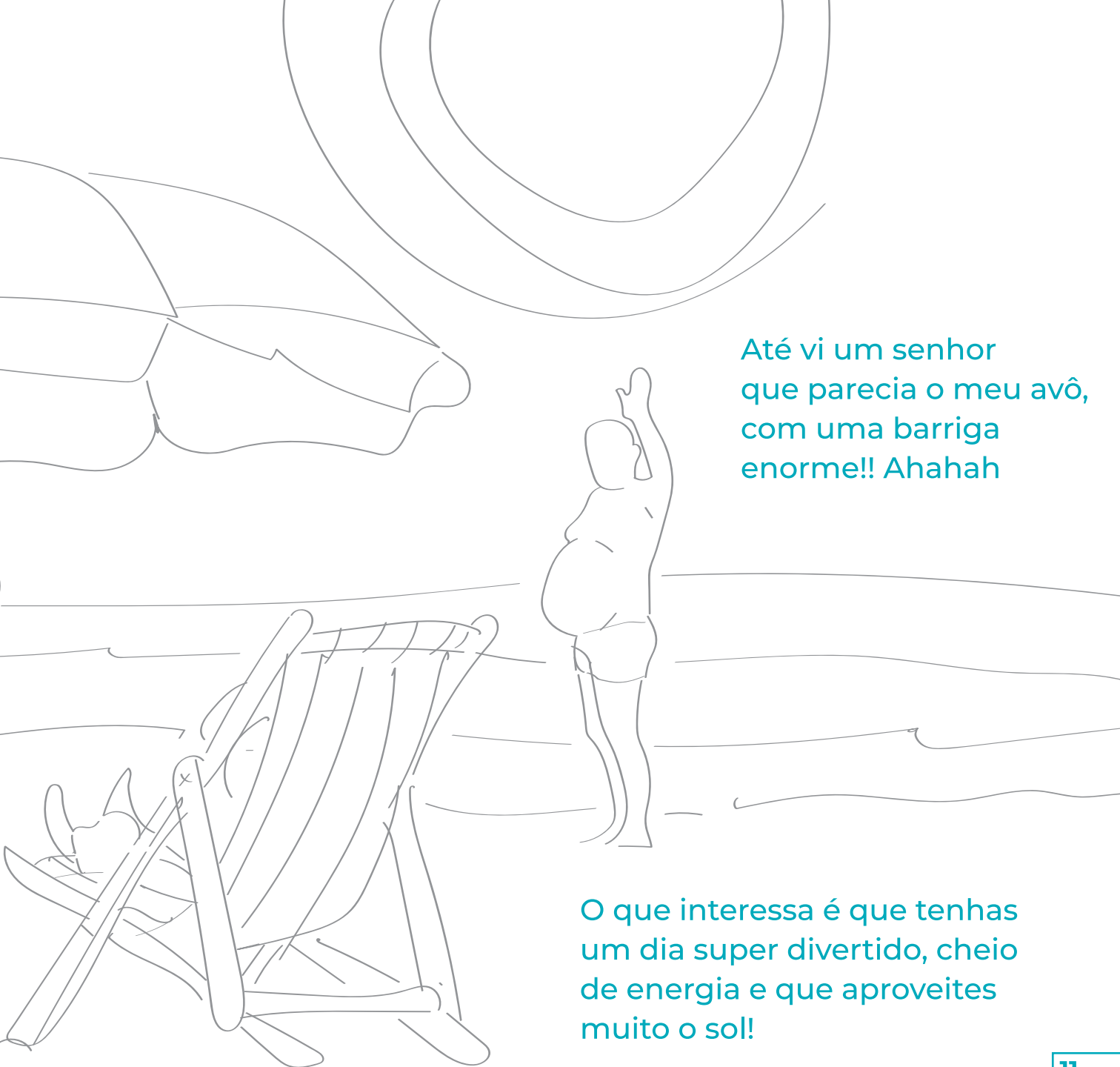


Se reparares, a minha pele como está protegida do sol com o meu creme protetor, está igual à de todas as outras crianças.

Por isso, mesmo que tenhas a mesma doença que eu, não tenhas medo ou vergonha de ir à praia, porque a tua pele se estiver bem protegida não vai ficar pior e sobre as tuas manchas...

Nós não somos todos iguais, hoje na praia, vi crianças e adultos com a pele mais clara e mais escura que a minha, uns eram mais altos, outros com mais barriga...



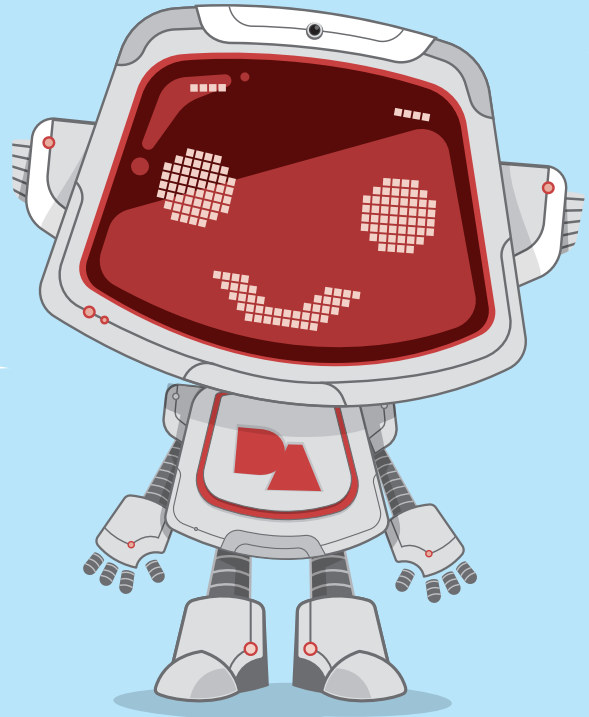


Até vi um senhor
que parecia o meu avô,
com uma barriga
enorme!! Ahahah

O que interessa é que tenhas
um dia super divertido, cheio
de energia e que aproveites
muito o sol!



Que dia fantástico!!!
Conto contigo para
a minha próxima história!



Sanofi – Produtos Farmacêuticos, Lda.

Sede social: Empreendimento Lagoas Park, edifício 7, 3º piso, 2740-244 Porto Salvo C.R.C. Cascais (Oeiras)

Pessoa Colectiva nº 500 134 960. Capital Social: € 26.815.015,00.

www.sanofi.pt

www.dagarraatuavida.pt

MAT-PT-2101219, V1.0 Nov/21

Uma Iniciativa:

sanofi

com o apoio:



www.tudosobredermatiteatopica.pt



www.adermap.pt