

# BENEFICIOS DEL SOL

---

Une al sol solo sus beneficios:

Produce  
Viamina D

Aparición de  
manchas

Quemaduras

Disminuye la  
presión  
sanguinea



Fotosíntesis

Estimula las  
defensas

Insolación

Mejora la  
calidad del  
sueño