

# Welke beschermingsfactor past bij mijn huidtype?

	<b>type 1</b> verbrandt zeer snel	wordt niet bruin	<ul style="list-style-type: none"><li>• zeer lichte huid</li><li>• vaak sproeten</li><li>• rood of licht blond haar</li><li>• lichte ogen</li></ul>	Gebruik SPF* <b>20 - 30</b>
	<b>type 2</b> verbrandt snel	wordt langzaam bruin	<ul style="list-style-type: none"><li>• lichte huid</li><li>• blond haar</li><li>• lichte ogen</li></ul>	Gebruik SPF* <b>15+</b>
	<b>type 3</b> verbrandt niet snel	wordt makkelijk bruin	<ul style="list-style-type: none"><li>• licht getinte huid</li><li>• donkerblond tot bruin haar</li><li>• vrij donkere ogen</li></ul>	Gebruik SPF* <b>15+</b>
	<b>type 4</b> verbrandt bijna nooit	bruint zeer goed	<ul style="list-style-type: none"><li>• een van nature getinte huid</li><li>• donker haar</li><li>• donkere ogen</li></ul>	Gebruik SPF* <b>10-15</b>

\***SPF = Sun Protection Factor.** De aanbevolen SPF in dit schema geldt voor de Nederlandse zomerzon. **Ons algemeen advies:** Smeer je iedere twee uur in. Ga je op zon- of wintersportvakantie, uitgebreid zonnen of twijfel je over je huidtype, gebruik dan minimaal SPF 30. Ga voor meer informatie naar: [kwf.nl/zonnen](http://kwf.nl/zonnen)

Samen komen we steeds dichterbij