

## CONSEILS

- Protégez-vous du soleil
- Évitez le soleil entre 12h et 16h lors de grande chaleur
- Évitez de recourir aux cabines de bronzage. Si vous avez moins de 18 ans, leur usage vous est interdit
- Examinez-vous vous-même tous les 4 mois (à chaque début de saison par exemple)
- Consultez au plus vite en cas de lésion douteuse évolutive ou dont l'aspect s'est modifié



### LES DANGERS DU SOLEIL EXISTENT AUSSI EN DEHORS DU TRAVAIL

Pour toutes questions, n'hésitez pas à contacter votre médecin du travail



## VOTRE PARTENAIRE PRÉVENTION & SANTÉ AU TRAVAIL

Protection du salarié & Conseils à l'employeur

### VOTRE SERVICE DE SANTÉ AU TRAVAIL :

Avec une centaine de collaborateurs répartis sur 35 sites, spécialisés dans la prévention des risques professionnels, le suivi individuel des salariés et la promotion de la santé au travail, Santé BTP Normandie est votre interlocuteur privilégié.



# LE RISQUE ULTRAVIOLET

INFORMATION | SALARIÉ



## DÉFINITION DU RISQUE ULTRAVIOLET (UV)

Qu'ils soient d'origine naturelle (soleil) ou artificielle (soudure), les rayonnements UV sont dangereux pour la peau. Ils entraînent des brûlures, un vieillissement accéléré et des cancers mais également des maladies ophtalmologiques : cataracte, conjonctivite, photokératite.

## LES SIGNES QUI DOIVENT ALERTER

Il existe 2 grands types de cancers de la peau :

### Les carcinomes et les mélanomes



De manière générale, ces cancers apparaissent sur les parties découvertes du corps sous forme d'une lésion qui prend l'aspect d'une plaie qui ne cicatrise pas, d'un bouton, d'un grain de beauté qui se modifie ou d'une croûte qui persiste.

**CES SIGNES DOIVENT VOUS CONDUIRE À CONSULTER UN MÉDECIN**

## LA RÈGLE ABCDE PEUT VOUS AIDER

Source du document : e-cancer.fr

IMAGE NORMALE	IMAGE SUSPECTE	
		<b>A</b> comme <b>Asymétrie</b> Grain de beauté de forme ni ronde ni ovale, dont les couleurs et les reliefs ne sont pas régulièrement répartis autour du centre.
		<b>B</b> comme <b>Bords irréguliers</b> Bords dentelés, mal délimités.
		<b>C</b> comme <b>Couleur non homogène</b> Présence de plusieurs couleurs (noir, bleu, marron, rouge ou blanc).
		<b>D</b> comme <b>Diamètre en augmentation</b> En général supérieur à 6 mm.
		<b>E</b> comme <b>Évolution</b> Toute tache pigmentée qui change d'aspect rapidement (forme, taille, épaisseur, couleur) est un signe d'alerte.
		<b>+ Principe du « vilain petit canard »</b> Il s'agit d'un grain de beauté ou d'une tache qui se démarque des autres.

## LES PERSONNES À RISQUES

1. Les personnes qui ont des antécédents personnels ou familiaux **de cancer de la peau**
2. Les individus qui **bronzent difficilement** ou qui sont sujets aux coups de soleil
3. Au cours de **leur enfance**, les personnes qui ont eu des **coups de soleil** avec brûlures au second degré (rougeur + **cloque**)
4. Les sujets qui ont **plus de 40 grains de beauté** ou des grains de beauté de grande taille (+ de 5mm) et irréguliers
5. Les personnes qui sont régulièrement exposées aux **UV artificiels** (cabines de bronzage/soudure à l'arc)
6. Les salariés qui ont travaillé à un poste comprenant entre autres : travail en extérieur, soudure, radiologie industrielle et/ou qui sont exposés aux **UV**, hydrocarbures aromatiques polycycliques = **H.A.P.**, rayonnements ionisants...

**À noter pour le point 6** : les cancers liés à ces expositions peuvent donner lieu à une déclaration en maladie professionnelle sous certaines conditions.

## MOYENS DE PROTECTION

Les Équipements de Protection Collective (EPC) comme les bâches anti UV, parasols de chantier... sont à privilégier. L'employeur doit mettre en place une organisation de travail en adaptant les horaires de travail (par exemple, commencer plus tôt, proposer des pauses à l'ombre). Si ces aménagements sont impossibles, les Équipements de Protection Individuelle (EPI) comme les casquettes, casques couvre nuque, T-shirts anti UV, etc. doivent être portés.

### LES EPC



Bâche anti-UV



Parasol de chantier

### LES EPI



Lunettes de protection ANTI-UV



Crème solaire



Casquette  
Casque couvre nuque



T-shirt anti-UV