



PROTECCIÓN SOLAR PARA LOS TRABAJADORES DE EXTERIOR

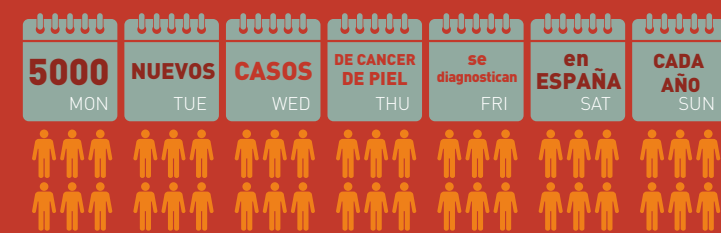
AYUDA PARA PROTEGER A SU PLANTILLA



The world's leading away from
home skin care company

DATOS SOBRE EL CÁNCER DE PIEL

EL CÁNCER DE PIEL ES EL TIPO DE CÁNCER MÁS COMÚN...



- Cada año se diagnostican 5000 nuevos casos de cáncer de piel en España, aproximadamente 1 de cada 5 resultan en fallecimiento.*
- Sólo en España, ha aumentado un 38% en los últimos cuatro años, cerca de un 10% cada año y se prevé que seguirá esta tendencia en las siguientes dos-tres décadas.
- Cada año aumentan un 10 por ciento los casos de Melanoma, el cáncer de piel más agresivo, en España.

- El daño es permanente e irreparable y aumenta con cada exposición.
- Todos los tipos de piel pueden dañarse por la exposición a la radiación solar UV.
- La quemadura es una reacción a la radiación UV y es una clara señal de que la piel se ha dañado seriamente.
- Alrededor del 80% de los cánceres de piel están causados por la exposición al sol y/o a las cabinas de rayos UV.

LAS PERSONAS CON MAYOR RIESGO DE DESARROLLAR CÁNCER DE PIEL SON:

- Personas de piel muy clara que se queman fácilmente.
- Personas con antecedentes personales o familiares de cáncer de piel.
- Personas con muchos lunares (más de 50).
- Personas bajo tratamiento con fármacos inmunosupresores.

*Fuente: según los datos de la Sociedad Española de Oncología Médica (Seom) para 2012.

LOS PELIGROS DEL SOL

LOS RAYOS ULTRAVIOLETA (UV) SON LOS RAYOS INVISIBLES QUE PROVIENEN DEL SOL Y QUE CUANDO LLEGAN A LA SUPERFICIE TERRESTRE, LO HACEN CON LA FUERZA SUFICIENTE PARA DAÑAR LA PIEL.

El sol emite 3 tipos de rayos ultravioleta (UV): UVA, UVB y UVC.

Los rayos **UVA** contribuyen a la formación de quemaduras en la piel, al cáncer de piel y al agrietamiento y el envejecimiento prematuro de la piel.

Tienen una longitud de onda mayor, lo que significa que penetran profundamente en la dermis o en la capa base de la piel.

Los rayos **UVB** son rayos abrasadores y son la causa principal de las quemaduras solares, contribuyendo a la aparición del cáncer de piel. Los rayos UVB tienen una longitud de onda corta que llega y quema la capa más externa de la piel que se llama epidermis.

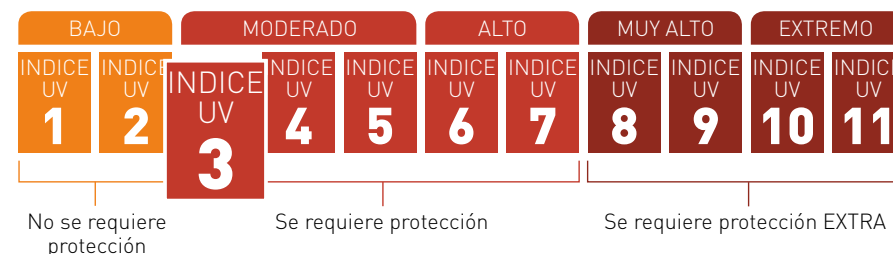
La radiación solar **UVC** es bloqueada por la capa de ozono, mientras que los rayos UVA y UVB alcanzan la superficie terrestre y penetran en nuestra piel. Los rayos UVC también se crean artificialmente durante ciertos procesos industriales como la soldadura.

El 100% de los rayos UVA pasan a través de las nubes. Utilizar protección solar es esencial, incluso en días muy nublados.

EL ÍNDICE DE RADIACIÓN UV

Adoptado por la Organización Mundial de la Salud, el índice UV nos indica diariamente los niveles de radiación UV y cuando se requieren medidas de protección solar.

Los profesionales que trabajan en el exterior deben protegerse tan pronto como el índice UV alcanza el nivel 3 y no sólo cuando brilla el sol.



¿SABÍAS QUÉ...?

Los rayos solares UV:

- Son cancerígenos para los humanos
- No están relacionados con la temperatura
- Traspasan las nubes
- Traspasan el tejido fino
- Rebotan en superficies reflectantes como el metal, el hormigón, el agua y la nieve

¿QUIÉN ESTÁ EN RIESGO?

LOS PROFESIONALES QUE DESARROLLAN SU ACTIVIDAD AL AIRE LIBRE PRESENTAN UN RIESGO SUPERIOR AL RIESGO MEDIO DE DESARROLLAR CÁNCER DE PIEL. LA EXPOSICIÓN PROLONGADA A LOS RAYOS SOLARES CUASA DAÑOS EN LA PIEL Y CADA EPISODIO CON QUEMADURAS SOLARES INCREMENTA EL RIESGO DE LA APARICIÓN DE CÁNCER DE PIEL.



Algunos ejemplos de quién puede estar en riesgo:

- Instaladores de techos
- Albañiles
- Electricistas
- Pintores
- Paisajistas
- Jardineros
- Eventos de exterior
- Forestales
- Trabajadores de centros de jardinería
- Agricultores
- Camioneros, conductores de autobús, pilotos...
- Instalaciones deportivas
- Operarios municipales



¡NO OLVIDE LOS CONDUCTORES DE VEHÍCULOS!

Una persona sentada en un vehículo puede estar significativamente expuesta a la radiación UV solar. Hay muchos tipos diferentes de vidrio; cada uno ofrece diferentes niveles de protección solar. Por lo tanto, los conductores también pueden estar en riesgo, ya que el vidrio no está completamente a prueba de la radiación solar: **la mayoría de los tipos de vidrio utilizados para ventanas bloquea los rayos UVB, pero no los rayos UVA.**

Por tanto, se recomienda que las personas que pasan largos periodos de tiempo en un vehículo cuando el nivel de radiación UV es superior a 3 utilicen protección solar. Esto ayudará a protegerles tanto en el interior del vehículo como cuando salen del mismo.



DIRECTRICES APLICABLES

DIRECTRICES PARA EL EMPLEADOR

Aunque el Real Decreto 486/2010 sobre exposición laboral a radiaciones ópticas artificiales excluye de su ámbito de aplicación la radiación natural, al amparo de la Ley 31/1995 se deberá garantizar la seguridad y salud de los trabajadores en cualquier aspecto relacionado con el trabajo, lo que incluye los riesgos derivados de la exposición a la radiación solar.

En cumplimiento del deber de protección, el empresario deberá garantizar la seguridad y la salud de los trabajadores a su servicio en todos los aspectos relacionados con el trabajo. A estos efectos, en el marco de sus responsabilidades, el empresario realizará la prevención de los riesgos laborales mediante la integración de la actividad preventiva en la empresa y la adopción de cuantas medidas sean necesarias para la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores.

El Real Decreto 773/1997 incluye, en su Anexo I, a las cremas de protección y pomadas como protección individual de la piel, que pueden utilizarse en el trabajo, sin que, en dicha disposición, se especifique el tipo de protección que deben ofrecer ni de que agente protegen.

Si los resultados de la preceptiva evaluación de riesgos de acuerdo a lo establecido en la normativa vigente, determinan la necesidad de utilizar protección contra la radiación solar, se establecerán los puestos en los que será necesario que los trabajadores se apliquen crema de protección solar, el grado de protección necesario y las condiciones o modo de uso, teniendo en cuenta la resistencia al sudor, la frecuencia de aplicación y todo aquello que garantice una protección eficaz del producto.

De acuerdo con el artículo 5, apartado 3 del Real Decreto 773/97, los equipos de protección individual (EPI) que se utilicen deberán cumplir con los requisitos establecidos en cualquier disposición legal o reglamentaria que les sea de aplicación, en particular en lo relativo a su diseño y fabricación. Para la mayoría de los EPI esta disposición es el Real Decreto 1407/1992, pero no para el caso que nos ocupa, por no estar incluido en su campo de aplicación. En este sentido, las cremas de protección solar son productos sujetos al Reglamento (CE) No 1223/2009 del Parlamento Europeo y del Consejo sobre los productos cosméticos.

CONSEJOS PRÁCTICOS

CUANDO SU EQUIPO TENGA QUE TRABAJAR EN EXTERIORES:

uno

Lleve a cabo una evaluación de los riesgos a los que se exponen los trabajadores que realizan su actividad profesional en exteriores.

dos

Incluya consejos sobre protección solar en la formación inicial y en las sesiones de formación rutinarias.

Puede utilizar la presentación de las charlas de seguridad de Deb.



tres

Anuncie el índice UV e informe a sus empleados que deben usar protección solar cuando el nivel de UV es 3 o superior.

Compruebe el índice UV actual de su zona, visite www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/radiacionuv (web de la Agencia Estatal de Meteorología).



cuatro

Anime a los trabajadores a mantenerse protegidos. La ropa puede ser una de las barreras más eficaces. Póngase en contacto con su proveedor de EPIs.



UTILICE
ROPA PROTECTORA CONTRA EL SOL

cinco

Recuerde a los trabajadores que se apliquen crema de protección solar sobre todas las zonas desprotegidas del cuerpo. Aplicar una crema factor 30 de amplio espectro de protección UVA sobre todas las áreas expuestas, 15 o 20 minutos antes de salir al exterior (cara, orejas y brazos). Volver a aplicar cada 2 o 3 horas o con más frecuencia en caso de elevada transpiración.



USE
CREMA CON FACTOR DE PROTECCIÓN 30 (COMO MÍNIMO)



seis

Siempre que sea posible, utilice un sombrero de ala ancha con protección para el cuello y las orejas. Póngase en contacto con su proveedor de EPIs.



UTILICE
UN SOMBRERO DE ALA ANCHA

siete

Use gafas de sol envolventes. Póngase en contacto con su proveedor de EPIs.



USE
GAFAS DE SOL

ocho

Anime a los trabajadores a tomar descansos a la sombra y trabajar en una zona de sombra siempre que sea posible, pero recuérdelos que incluso así necesitan protegerse.



OCÚLTESE
DEL SOL CUANDO SEA POSIBLE

nueve

Facilite el acceso y la disponibilidad de agua potable y anime a los trabajadores a beber con regularidad para evitar la deshidratación.



diez

Anime a los trabajadores a revisar su piel regularmente y a que busquen consejo médico si encuentran lunares, manchas u otros cambios en la piel inusuales. Si detectan cambios en el color, el tamaño y tienen la sensación de que duran más de un par de semanas, deben acudir a un médico.



CREMA DE PROTECCIÓN SOLAR

CÓMO FUNCIONA:

Clasificación de estrellas UVA

En el Reino Unido, algunos productos muestran una clasificación con un número de estrellas de 0 a 5. Cuanto mayor sea el número de estrellas UVA, más protección ofrecerá contra los rayos UVA. Se recomienda un mínimo de 3 estrellas.



Factor de Protección Solar (SPF) UVB

El Factor de Protección Solar se refiere al factor de protección contra las quemaduras que provoca el sol, ya que muestra principalmente el nivel de protección contra los rayos UVB. Para trabajar al aire libre se recomienda un SPF mínimo de 30.*



Protección UVC

Durante algunos procesos industriales, como la soldadura, se pueden producir rayos UVC. La calificación UVC explica el nivel de protección que la crema ofrece contra estos rayos.



*Fuente: Skcin



GAMA DEB DE PROTECCIÓN SOLAR

Cremas Deb SunPROTECT

- Están calificadas con 5 estrellas UVA
- Tienen un factor de protección solar de 30
- Proporcionan 35 veces la protección natural de la piel contra los rayos UVC

Deb Stoko Sun Protect 1L Dispensador

- Para utilizar con cartuchos Stokoderm Sun Protect 30 PURE 1L

Referencia: SUN1LDSSTH - Uds/Caja: 1



Stokoderm Sun Protect 30 PURE Cartucho de 1L

- 1000 dosis por cartucho
- Sin perfume ni colorantes y resistente al agua

Referencia: SUN1L - Uds/Caja: 6



Stokoderm Sun Protect 50+ Spray de 200ml

- Ideal para trabajadores en movimiento
- Spray manejable de 200ml

Referencia: SPF200ML - Uds/Caja: 6



Stokoderm Sun Protect 30 PURE Tubos de 100ml y 30ml

- Ideal para trabajadores en movimiento

100ml Referencia: SUN100ML - Uds/Caja: 12
30ml Referencia: SUN30MLWW - Uds/Caja: 30



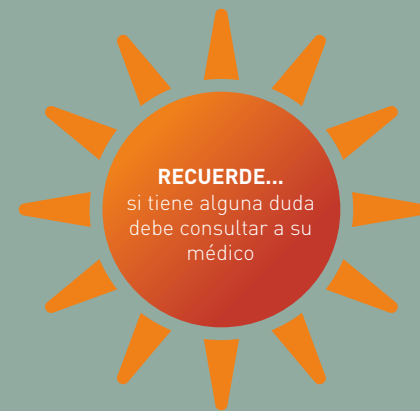
DETECCIÓN PRECOZ DEL CÁNCER DE PIEL

RECUERDE AL ABCDE DEL MELANOMA

El cáncer de piel puede dividirse en dos grupos principales: **cáncer de piel no melanoma** y **melanoma maligno**.

El melanoma maligno es la forma más rara de cáncer de piel pero es la más seria y puede causar la muerte. El melanoma maligno se puede curar si se trata a tiempo. Un retraso en el diagnóstico puede provocar su extensión a otras partes y órganos del cuerpo.

La **regla ABCDE del melanoma** (abajo) puede ayudarle a usted y a su plantilla a recordar que es lo que hay que vigilar. Las imágenes de abajo muestran lunares anormales y melanomas, pero recuerde que los suyos pueden no ser exactamente iguales a los que se muestran, por lo que si detecta cambios o señales extrañas durante las últimas semanas debería acudir a al médico inmediatamente. Un melanoma puede crecer en cualquier parte de su cuerpo, luego es importante chequear periódicamente toda la superficie de su cuerpo (una vez al mes) para detectar posibles cambios o anomalías.



A = ASIMETRÍA



Cuando una mitad de la lesión es diferente a la otra

B = BORDES



Cuando el borde es irregular, ondulado o mal definido

C = COLOR



Cuando una misma lesión presenta varios colores

D = DIÁMETRO



Cuando el diámetro es mayor de 6mm (aunque puede ser menor)

E = EVOLUCIÓN



Cambios en un lunar o lesión durante las últimas semanas, meses o años





The world's leading away from home skin care company

Deb Iberia, S.L. Pº de Europa, 11-13, 28700 MADRID - Tel: +34 916 514 870 - Email: comercial@deb.es www.debgroup.com