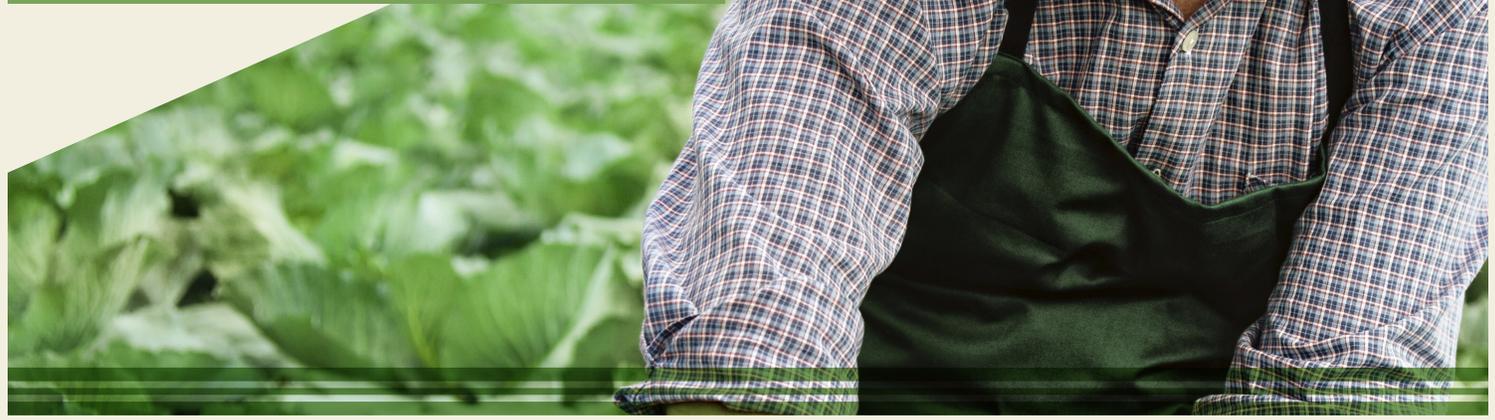


SITIOS DE TRABAJO AL AIRE LIBRE



Casi 5 millones de personas al año reciben tratamiento contra el cáncer de piel en los Estados Unidos, a un costo anual estimado de 8100 millones de dólares. El cáncer de piel puede ser grave, costoso y, a veces, incluso mortal. Los casos de cáncer de piel siguen aumentando en los Estados Unidos. Afortunadamente, la mayoría de los cánceres de piel se pueden prevenir.

PROTEJA A SUS EMPLEADOS DEL CÁNCER DE PIEL



Se sabe que los rayos ultravioleta (UV)—provenientes del sol o de fuentes artificiales como las camas solares—causan cáncer de piel.



La Ley Federal de Seguridad y Salud Ocupacionales exige que los empleadores minimicen el riesgo de perjuicios para los empleados. En algunos estados, puede que a los empleadores se les exija proporcionarles indemnización laboral a los empleados que les dé cáncer de piel debido a la exposición solar en el trabajo.



Cada año, las personas que viven en los Estados Unidos pierden más de 100 millones de dólares en productividad debido a actividades restringidas o ausencias del trabajo a causa del cáncer de piel.

COMO EMPLEADOR, USTED PUEDE AYUDAR A PROTEGER A SUS TRABAJADORES DEL CÁNCER DE PIEL

TENGA EN CUENTA LOS RIESGOS

-  Las personas que trabajan al aire libre a menudo pasan mucho tiempo al sol.
-  El reflejo de superficies brillantes, como el concreto o los metales, puede aumentar la exposición total al sol.
-  Es fácil pasar por alto la protección contra el sol en un sitio de trabajo con mucha actividad.

El cáncer de piel puede reducir enormemente la productividad de los trabajadores. Proporcionar y fomentar la protección contra el sol para las personas que trabajan al aire libre ayuda a crear un lugar de trabajo saludable y seguro. También puede aumentar la productividad, lo cual, por último, ahorra dinero.



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

USE ESTAS ESTRATEGIAS DE PROTECCIÓN CONTRA EL SOL

Aumente la protección contra el sol para los empleados

- Fomente la [seguridad frente al sol](#) entre sus empleados y proporcione protección contra el sol cuando sea posible. Esto incluye el uso de ropa protectora, gafas de sol y sombreros que les den sombra a la cara, las orejas y la parte de atrás del cuello, y el uso de un filtro solar de amplio espectro con SPF 15 o más alto.
- Programe descansos en la sombra y permita que los trabajadores se vuelvan a aplicar el filtro solar a lo largo de su turno.
- Modifique el sitio de trabajo al hacer lo siguiente:



Aumentar la cantidad de sombra disponible—por ejemplo, con tiendas de campaña, refugios y estaciones para refrescarse.



Disminuir la reflexión de los rayos UV al cubrir las superficies brillantes.

- Establezca horarios de trabajo que minimicen la exposición al sol. Por ejemplo, programe las tareas al aire libre—como cortar el césped—para temprano por la mañana en vez de al mediodía, y rote a los trabajadores para reducir su exposición a los rayos UV.

Los rayos UV son más intensos

- Durante las horas del mediodía.
- Cerca de la línea del ecuador.
- Durante los meses de verano.
- En lugares que se encuentran a gran altitud.



Los empleadores pueden capacitar a los trabajadores para que usen el [índice UV](#) y modificar el plan de trabajo cuando los niveles de rayos UV estén “muy altos” o “extremos”.

Agregue la "seguridad frente al sol" a las políticas del lugar de trabajo y a la capacitación

- Incluya información relacionada con la seguridad frente al sol en los programas de bienestar del lugar de trabajo. Por ejemplo, los programas diseñados para ayudar a los empleados a evitar enfermedades relacionadas con el calor se pueden adaptar para que incluyan información acerca de la seguridad frente al sol.
- Enséñeles a las personas que trabajan al aire libre [los riesgos de la exposición a la radiación UV](#) y los [signos y síntomas de la sobrexposición](#).
- Aliente a las personas que trabajan al aire libre a que den el ejemplo y a que hablen sobre la importancia de protegerse del sol con los clientes y compañeros de trabajo. Visite el [sitio web RTIPs](#), del Instituto Nacional del Cáncer, para obtener más información acerca de los programas de seguridad frente al sol para sitios de trabajo al aire libre.



PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL EN ACCIÓN: LOS BOMBEROS PRACTICAN MEDIDAS DE SEGURIDAD FRENTE AL SOL

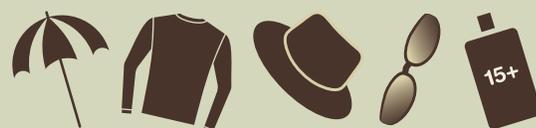
El capitán Mike Kirkpatrick, del distrito de protección contra incendios West Metro, en Lakewood, Colorado, se toma muy en serio la protección de sus bomberos frente al sol.

“Nuestros bomberos ponen su vida en riesgo para proteger a nuestros ciudadanos y merecen estar protegidos contra el cáncer de piel”, dijo Kirkpatrick. “Todas las personas de Colorado saben que el sol aquí es intenso, así que comenzamos a hacer cambios pequeños y económicos para disminuir nuestra exposición al sol. Le proporcionamos educación a nuestro equipo acerca de la prevención del cáncer de piel y entregamos filtros solares en todas las estaciones de bomberos”, agregó.

Estos esfuerzos han valido la pena, según Kirkpatrick. “Todos empezaron a protegerse usando una combinación de sombreros, gafas de sol, camisetas de manga larga y filtro solar. Fue una manera fácil de hacer algo valioso por nuestra salud”.

Elija estrategias de seguridad frente al sol que funcionen

Un filtro solar de amplio espectro con SPF 15 o más alto es importante, pero no debe ser la única defensa contra el sol. Para obtener la mejor protección, aliente a sus empleados que trabajan al aire libre a ponerse a la sombra y a usar ropa, un sombrero de ala ancha y gafas de sol, así como filtro solar.



PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN, VISITE EL [SITIO WEB DE LOS CDC SOBRE LA SEGURIDAD FRENTE AL SOL.](#)