



Crédit image : Sécurité Solaire

Risque solaire : connaître ses conséquences et les moyens de le prévenir !

Avec l'arrivée de l'été et la hausse des températures, il est important de rester attentif aux effets que peut avoir l'exposition au soleil sur la santé. Bien que ce dernier soit source de bienfaits, il peut se transformer en un véritable risque pour la santé des salariés qui passent beaucoup de temps à l'extérieur comme dans le secteur de la construction, des espaces verts et des emplois saisonniers. **Près de 15 millions de travailleurs au sein de l'Union Européenne passent au moins 75 % de leur temps à l'extérieur alors que les températures sont de plus en plus élevées quand la couverture nuageuse diminue.**

Les bienfaits du soleil sur la santé de vos salariés

- Il favorise la qualité du sommeil, la concentration, l'énergie et augmente ainsi la productivité.
- Il aide également à réguler l'humeur, à réduire le stress en stimulant la production de sérotonine et à lutter contre les dépressions saisonnières hivernales.
- Et permet la synthèse de la vitamine D.

Néanmoins, le soleil et plus particulièrement les UV (ultraviolets) représentent un danger pour la santé. A l'exception de l'utilisation de lunettes de soleil, les salariés se protègent encore moins bien du soleil que la population générale selon une étude réalisée par Audrey Cougnard-Grégoire et Cécile Delcourt (*LEHA, Bordeaux population health*). Avec la majorité des travailleurs en extérieur qui n'adoptent pas de comportements de protection adéquats, l'enjeu est d'autant plus important. De nombreux obstacles mènent à cette situation tels que l'oubli de l'utilisation d'une crème solaire, l'inconfort et la sensation de chaleur liés au port de pantalons longs et de chemises à manches longues ou encore la gêne liée au port de chapeaux à bords larges lors de l'activité...

Les effets néfastes sur la santé d'une exposition excessive au soleil

Sur la peau

- Les coups de soleil peuvent provoquer des brûlures de la peau plus ou moins graves : brûlures du premier degré avec rougeur de la peau sans cloque, ou brûlures du deuxième degré avec cloques (ou phlyctènes) qui nécessitent un traitement médical.
- Les cancers de la peau sont des cancers en constante augmentation et dans 40% des cas d'origine professionnelle, ils sont représentés à 90% par les carcinomes et à 10% par les mélanomes.
- > Les carcinomes basocellulaires sont les plus fréquents et restent localisés (ne donnent pas de métastases).
- > Les mélanomes peuvent métastaser, leur chance de guérison dépend de la périodicité du diagnostic.

Sur les yeux

- La cataracte est une opacification du cristallin de l'oeil, responsable d'une vision floue, d'une sensibilité accrue à la lumière et des difficultés à voir la nuit.
- La DMLA (dégénérescence maculaire liée à l'âge), affecte la région centrale de la rétine et se traduit par une perte progressive de la vision centrale.
- L'ophtalmie des neiges est une inflammation de la conjonctive et de la cornée en cas de surexposition au soleil (risque élevé en montagne).

C'est pourquoi il est important de prévenir ces risques. L'employeur a l'obligation de prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et la santé des travailleurs en tenant compte notamment des conditions climatiques (art. L.4121-1/suivants et art. R.4121-1/suivants du Code du travail) :

- 1. Evaluer les risques** liés au soleil, les inscrire au document unique d'évaluation des risques professionnels (DUERP). Mettre en place des mesures de prévention adaptées.
- 2. S'assurer** que les EPI (Equipements de Protection Individuelle) détiennent une protection spéciale anti-UV pour protéger la peau (obligation depuis 2018 selon le règlement européen (UE) n°2016/425).
- 3. Aménager les postes** en extérieur avec des zones d'ombre comme des chapiteaux...
- 4. Adapter les temps de travail** en évitant les heures les plus chaudes de la journée entre 12 h et 16 h lorsque les rayons du soleil sont les plus intenses.
- 5. Mettre à disposition de l'eau fraîche et potable** pour prévenir la déshydratation.
- 6. Sensibiliser et informer les salariés** sur les effets néfastes du soleil : améliorer leur prise de conscience ; leur connaissance des mesures préventives ; leur acceptabilité et leur mise en application régulière.
- 7. Les inciter** à porter des vêtements de protection de couleur claire, à manches longues et en tissu léger et respirant / un chapeau à bord large / un protège-nez / des lunettes de soleil (catégorie 3 ou 4 de préférence) / de la crème solaire à large spectre avec un indice de protection solaire (IPS) d'au moins 30 (à réappliquer toutes les deux heures notamment en cas de transpiration).

En savoir plus / Supports de prévention et d'information

- > Film « Sensibilisation et formation pour prévenir les risques du soleil en milieu professionnel » de la Sécurité Solaire [ICI](#)
- > Site de l'INRS « Rayonnement solaire » [ICI](#)
- > Podcast de l'INRS "Quels sont les risques professionnels liés aux UV?" [ICI](#)

Nos fiches de prévention sur les métiers en extérieur

- > animateur encadrant : [ICI](#)
- > Ouvrier espaces verts : [ICI](#)
- > Plagiste : [ICI](#)
- > Traiteur événementiel : [ICI](#)
- > Maçon : [ICI](#)

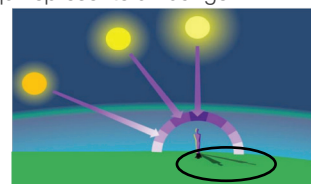
Focus sur les UV

L'ultraviolet est un type de rayonnement émis par le soleil. Invisible, il ne procure pas de sensation de chaleur ce qui représente un danger.

L'index UV varie en fonction de l'angle que forment les rayons du soleil avec la Terre :

- Si ombre plus courte que soi Index UV > 5
- Si ombre plus longue que soi Index UV < 5

Faible	Modéré	Elevé	Très fort	Extrême
Index UV	Index UV	Index UV	Index UV	Index UV
1-2	3-4	5-6	7-8	9+



Source : Sécurité Solaire

Votre médecin du travail peut vous conseiller, n'hésitez pas à le contacter.

Actualités AMETRA06

Ensemble, parlons QVT (Qualité de vie au travail) !



Jeudi 22 juin | 10h-11h
WEBINAIRE

Du 19 au 23 juin 2023 se tiendra, partout en France, la 20^{ème} édition de la semaine pour la qualité de vie et des conditions de travail (plus d'infos sur le programme en Paca [ICI](#)).
Véritable levier de performance pour l'entreprise, parce que des salariés bien dans leur travail sont aussi le gage d'une entreprise en bonne santé, nous vous invitons, à participer à notre nouveau webinaire "QVT : oui mais comment ? Application concrète en entreprise".

Pourquoi se lancer dans une telle démarche ? Comment l'AMETRA06 peut-elle intervenir ? Quels sont les apports pour l'entreprise ? Autant de questions auxquelles ce webinaire répondra en vous apportant une approche concrète de la QVT, illustrée par le témoignage de l'un de nos adhérents.

Ce webinaire sera animé par le Dr Laurie Querrioux, médecin du travail, Alice Panier, psychologue du travail et Stéphane Porot, ergonomiste. La présentation sera suivie d'une session de questions/réponses.

- Date : jeudi 22 juin 2023
- Horaires : de 10h00 à 11h00
- Inscription obligatoire et gratuite en ligne : [ICI](#)

Faire son DUERP en ligne... Oui, c'est possible !



Pour tout savoir sur ce nouveau service, nous vous proposons de visionner le replay de l'atelier-visioconférence organisé par l'UPE06 et animé par Julien Cochard, ingénieur en évaluation des risques.
> Accédez au replay de notre webinaire du 5 mai dernier sur notre chaîne Youtube [ICI](#)
> Rendez-vous sur le site web [monDUERP.fr](#)

Podcast sur les actions de formation et de prévention - AFP



Pour la deuxième année consécutive, l'AMETRA06 propose à ses adhérents des sessions de formation et d'information pour les salariés embauchés en contrat saisonnier. Il ne s'agit pas seulement de remplir une obligation réglementaire en termes de surveillance médicale, mais il s'agit aussi de préserver ces salariés des risques professionnels et de s'assurer qu'ils reçoivent toutes les informations nécessaires pour limiter les accidents et réduire ainsi, l'absentéisme difficile à gérer en pleine saison touristique.
Ecoutez le témoignage de Madame Laurent, Chargée des ressources humaines à l'Hôtel Barrière LE MAJESTIC Cannes sur notre podcast [ACCES](#).

S'informer et se former à la prévention des addictions en milieu professionnel



• Vous êtes employeur, manager, préventeur ou membre du comité social et économique de votre entreprise ? Nous vous proposons un atelier qui vous permettra, à son issue, de pouvoir détecter et accompagner les salariés en situation d'addiction au travail.
> En savoir plus sur notre dépliant [ICI](#).



• Vous souhaitez informer vos salariés sur la prévention des addictions au travail ? Nous vous proposons une sensibilisation à destination de vos salariés occupant des postes à risques
> En savoir plus sur notre dépliant [ICI](#).



L'AMETRA06 est fière d'annoncer sa signature du Manifeste ProMiles et d'apporter son soutien pour donner du sens et opérationnaliser la relation armées-entreprise dans un objectif de cohésion nationale et de résilience, en accord avec la politique Responsabilité Sociétale des Entreprises (RSE).

Infos santé au travail

Vous dirigez une entreprise de moins de 50 salariés ?

Dans le cadre du 4^{ème} Plan régional santé travail (PRST), l'Agefiph et ses partenaires*, dont le réseau régional des services de prévention et de santé au travail Présanse Paca-Corse, vous invitent à participer à deux modules de sensibilisation et de professionnalisation sur la thématique du maintien en emploi et de la prévention de la désinsertion professionnelle.

PRST
P.A.C.A.

Module Pro
Dans l'emploi

Module Pro Maintien dans l'emploi pour les TPE/PME
Handicap et Maladies Chroniques Evolutives

agefiph

PRST
CARSAT
ARACT
MSE
CAP EMPLOI
DREETS

Ces deux modules répondent aux objectifs de l'action 27 du PRST 2021-2025, intitulée "Professionnaliser les entreprises au maintien dans l'emploi d'un salarié en situation de handicap". Pilotée par l'Agefiph (Association de Gestion du Fonds pour l'Insertion des Personnes Handicapées), cette action a pour objectif d'aider les TPE/PME à favoriser la sécurisation des

parcours professionnels de leurs salariés en situation de handicap et/ou atteints de maladies chroniques évolutives, en prenant connaissance des partenaires et outils disponibles.

Au programme :

1. La définition et les enjeux du maintien dans l'emploi
2. Les étapes du maintien dans l'emploi
3. Les acteurs mobilisables
4. Les facteurs clés de succès et les freins au maintien dans l'emploi
5. Les aides, prestations et services mobilisables pour accompagner les parcours professionnels des travailleurs handicapés et leur maintien en emploi
6. Etudes de cas

Deux sessions sont, à ce jour, programmées :

- En distanciel : lundi 19 juin 2023 de 8h30 à 11h00.
 - En présentiel (dans le Var) : lundi 20 novembre 2023 de 8h30 à 11h00.
- > S'inscrire [ICI](#)

* Présanse Paca-Corse (réseau des services de prévention et de santé au travail de Paca-Corse), la DREETS (Direction régionale de l'économie, de l'emploi, du travail et des solidarités), la Carsat (Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail), la MSA (Mutualité sociale agricole), le Cap Emploi/Cheops et l'Aract (Agence régionale pour l'amélioration des conditions de travail).

AMETRA06 INFO est édité par l'AMETRA06.

Siège et administration : Le Petra, 2-4 rue Jules Belleudy, 06200 NICE

Email : administratif@ametra06.org • Tél. : 04.92.00.24.70 • Contact : Sophie Chantelot - Responsable communication : s.chantelot@ametra06.org

Suivez-nous sur [Linked in](#)

Visionnez nos webinaires sur notre chaîne [YouTube](#)

Retrouvez toute l'actualité de la santé au travail des services de prévention et de santé au travail de la région sur : presanse-pacacorse.org

présanse
PRÉVENTION ET SANTÉ AU TRAVAIL
SOUVENIR ALPES-CÔTE D'AZUR.COM