

Factsheet «protection solaire au travail»

Toute exposition volontaire ou involontaire aux rayons ultraviolets (rayons UV) exige certaines mesures de précaution. Les rayons UV proviennent du rayonnement solaire naturel et de sources de rayonnement artificiel (solariums, applications médicales et outillages industriels dont font notamment partie les installations de soudage). L'augmentation de l'intensité des rayons UV atteignant la surface terrestre, à laquelle nous assistons depuis plusieurs années, est considérée comme l'un des facteurs d'augmentation du risque de cancer de la peau, lui-même aggravé par la mode du bronzage. L'excès de bains de soleil favorise le vieillissement prématuré de la peau et l'apparition de nombreuses altérations cutanées, voire de cancers de la peau ou de mélanomes malins. Une exposition intense ou chronique à la lumière solaire sans protection oculaire peut provoquer des lésions de la cornée, du cristallin et de la rétine. De nombreux métiers impliquent une exposition aux rayons UV nécessitant l'application de mesures de précaution permettant de réduire les risques évoqués ci-dessus.

1. Effets physiques

Seule ou en combinaison avec d'autres facteurs externes, l'exposition au rayonnement solaire peut engendrer des lésions cutanées dans le cadre de l'exercice d'une activité professionnelle. Les rayons infrarouges présents dans le spectre lumineux (700 – 1200 nm) sont uniquement responsables de la sensation de chaleur sur la peau. Les UVA, d'une longueur d'onde plus élevée (400 – 320 nm), pénètrent dans le derme et produisent une pigmentation sans inflammation. Les UVB, de longueur d'onde inférieure (320 – 280 nm), ne pénètrent que jusqu'à l'épiderme mais peuvent entraîner des lésions cellulaires se manifestant par un érythème suivi d'une pigmentation et d'un épaississement de la couche cornée. Les UVC, dont l'énergie de rayonnement est particulièrement élevée (< 280 nm), sont absents de la lumière solaire parvenant à la surface de la terre et n'apparaissent que dans les sources lumineuses artificielles. Ils peuvent rapidement causer de graves inflammations de la peau et des conjonctives. Une exposition intense à la lumière visible peut aussi provoquer des lésions oculaires.

Les lésions chroniques dues au rayonnement ultraviolet touchent essentiellement les cellules du derme et de l'épiderme ainsi que les segments postérieur et antérieur de l'œil. Comme on le sait depuis longtemps, les UVB exercent une action mutagène sur l'épiderme, ce qui est également le cas, dans une moindre mesure, des UVA dont l'énergie de rayonnement élevée contribue au vieillissement de la peau. Contrairement aux UVB, les UVA ne sont pas absorbés par le vitrage des fenêtres. Toutes les lésions cutanées causées par la lumière du soleil laissent des séquelles: «La peau a une mémoire d'éléphant».

2. Tableaux cliniques

Les coups de soleil résultant d'une exposition excessive au rayonnement solaire font partie des lésions cutanées aiguës. Selon la gravité des cas, celles-ci se manifestent par des rou-

geurs, des lésions bulleuses ou une destruction de l'épiderme. Certaines substances chimiques, végétales ou médicamenteuses peuvent également aggraver ces réactions.

En cas de travaux en plein air, les lésions chroniques dues au rayonnement ultraviolet peuvent se traduire par un amincissement de la couche cornée, un flétrissement de la peau et des taches, voire certaines formes de carcinome baso-cellulaire ou spino-cellulaire. Une exposition excessive chronique au rayonnement solaire peut également entraîner des lésions oculaires tardives au niveau de la conjonctive, du cristallin et de la rétine.

3. Principes généraux de prévention

Les enfants et les adolescents doivent être mieux protégés contre le rayonnement solaire intense. Environ 80 % de l'irradiation solaire accumulée au cours d'une vie l'est avant l'âge de 20 ans. Une exposition intense de brève durée à des rayons UV artificiels ou naturels et une exposition chronique de la peau nue au soleil doivent être également évitées à l'âge adulte.

4. Mesures de protection

Les auvents, les bâches et les parasols permettent de protéger les travailleurs contre les risques d'irradiation solaire excessive. A condition de s'organiser en conséquence, il est parfaitement possible de faire travailler le personnel à l'ombre entre 11 heures et 15 heures en été ou en cas d'ensoleillement intense lorsque l'indice UV est élevé. La règle d'or: durant les heures de la journée où le rayonnement solaire atteint son intensité maximale, l'ombre projetée par le soleil est plus courte que le corps. Vous trouverez des informations complémentaires à ce sujet sur le site Internet de MétéoSuisse, de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) et dans la presse quotidienne.

Dans le cadre des mesures individuelles permettant d'éviter les coups de soleil, il faut porter des vêtements appropriés et utiliser une crème solaire adaptée à l'indice UV. Les travailleurs doivent être équipés de vêtements imperméables aux rayons ultraviolets et d'un couvre-chef (casque de protection, chapeau à large bord ou casquette à visière). Il est par ailleurs important de choisir des vêtements de travail respirants, c.-à-d. permettant une évaporation de la transpiration. La protection des parties du corps exposées au soleil doit être adaptée au type de peau et à l'intensité du rayonnement (voir la brochure éditée à ce sujet par la Ligue suisse contre le cancer ou consulter le site www.typedepEAU.ch). La crème solaire doit être appliquée plusieurs fois par jour en quantité suffisante. En situation de travail impliquant un éblouissement excessif (réverbération de la lumière sur l'eau ou la neige), il est indispensable de porter des lunettes de soleil qui arrêtent les rayons UV et filtrent la lumière bleue.

Informations complémentaires

- Liste de contrôle Suva «Travailler par fortes chaleurs sur des chantiers à l'extérieur», réf. 67135.f
- www.swisscancer.ch
- www.typedepEAU.ch
- www.uv-index.ch
- www.meteosuisse.ch

- Brochure de la Ligue suisse contre le cancer: «Soleil, sauve qui peau!» (cette publication peut être obtenue gratuitement en composant le 0844 850 000 ou par courriel à l'adresse shop@swisscancer.ch).

Suva

Division médecine du travail