

Cáncer de piel y exposición al sol

PROYECTO / OBRA

FECHA

CHARLA DIRIGIDA POR

EL PELIGRO

Los días más largos del año caen sobre gente que los pasa entera afuera. El daño se acumula de forma invisible durante décadas y no se anuncia hasta que es grave.

QUÉ SALE MAL

- Protector solar aplicado una vez a las 7 de la mañana y nunca más en un turno de diez horas.
- Quitarse la camisa por el calor, cambiando una quemadura por un efecto refrescante que no existe.
- Tomar las nubes como protección, cuando los rayos UV las atraviesan sin problema.
- Ignorar un lunar que cambia o una llaga que no cierra porque no duele.

CONTROLES: ANTES DE EMPEZAR

- Cúbrase primero: mangas largas de tela ligera protegen mejor que la piel descubierta del calor y del UV.
- Use protector solar de amplio espectro en todo lo que quede expuesto y reaplíquelo durante el día.
- Use ala o faldón en el casco, y protección ocular con filtro UV.
- Descanse a la sombra y no al sol, aunque la sombra quede más lejos.
- Haga revisar cualquier cosa que cambie de forma, color o tamaño. Lo temprano lo es todo.

PREGUNTE A LA CUADRILLA

1. ¿Qué cuadrillas de este trabajo están afuera todo el turno?
2. ¿Quién se ha vuelto a aplicar protector solar desde esta mañana?
3. ¿Dónde está la sombra más cercana a donde trabaja?
4. ¿Alguien aquí se ha hecho revisar una mancha en los últimos dos años?

REGISTRO DE ASISTENCIA

Todos los presentes firman abajo. Esta hoja es el registro de la charla.

NOMBRE EN LETRA DE MOLDE	FIRMA
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
SUPERVISOR / PERSONA COMPETENTE	FIRMA