



**IL EST IMPORTANT QUE CE COMMUNIQUÉ SOIT AFFICHÉ, EN TOUT TEMPS AU TABLEAU DE SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL.**

SSTCOM - AVRIL 2005

## COMITÉ MIXTE SUR LA SANTÉ ET LA SÉCURITÉ AU TRAVAIL

# RAYONNEMENTS ULTRAVIOLETS (UV)

L'exposition aux rayonnements ultraviolets peut endommager la peau et les yeux. Ces rayonnements sont une partie invisible du rayon solaire et ils présentent des risques plus importants pendant les mois d'été. En hiver, ils peuvent également être dommageables, que ce soit par l'exposition directe ou par les reflets sur la neige, le sable ou le ciment.

### EFFETS SUR LA PEAU

- ☼ Ce sont les rayonnements UV qui font bronzer la peau et qui produisent du rougissement (érythème) ou des brûlures. L'exposition prolongée à ces rayons augmente le risque de cancer de la peau.
- ☼ Les effets nuisibles des rayonnements UV peuvent être accentués par certaines substances dites agents de photosensibilisation. Ce sont notamment des médicaments, tranquillisants, cosmétiques, plantes, mauvaises herbes et produits renfermant de la créosote de houille. Si vous prenez des médicaments, consultez votre médecin concernant leur effet sur votre sensibilité au soleil. Quoi qu'il en soit, essayez de réduire votre exposition aux rayonnements UV.

### EFFETS SUR LES YEUX

- ☼ Les yeux sont particulièrement sensibles aux rayonnements UV. Même une exposition brève peut occasionner de la douleur et des affections temporaires, notamment le larmolement et l'embrouillement de la vue. Certains de ces effets peuvent tarder à se manifester. L'exposition prolongée augmente le risque de cataractes.

### INDICE UV

- ☼ Le service météorologique d'Environnement Canada évalue l'intensité des rayonnements UV sur une échelle de 0 à 10. Les conséquences possibles des divers niveaux de rayonnements UV sont données dans le tableau qui figure ci-bas.

INDICE UV	CATÉGORIE	TEMPS DE L'ANNÉE AU SUD CANADA	CONSÉQUENCES
9 ET PLUS	Extrême (rare au Canada)	De mai jusqu'au milieu d'août	Il peut y avoir coup de soleil et lésion de la peau en moins de 15 minutes. Réduire l'exposition à son minimum et prendre toutes les précautions voulues.
7 à 9	Élevé	De mai jusqu'au milieu d'août (midi)	Il peut y avoir coup de soleil et lésion de la peau en assez peu de temps. S'exposer aussi peu que possible et prendre toutes les précautions voulues.
4 à 7	Modéré	Printemps et tôt l'automne	Prendre des précautions pour limiter l'exposition au soleil. Une exposition modérée peut encore occasionner des brûlures.
< 4	Faible	Automne et hiver	Un minimum de précaution est nécessaire pour des activités normales. Une exposition prolongée peut encore occasionner des lésions de la peau.

Les précautions suivantes sont recommandées pour réduire autant que possible l'exposition aux rayons UV pendant le travail à l'extérieur.

- ☼ Éviter le soleil au milieu de la journée, de 11h à 16h en été.
- ☼ Porter des vêtements en tissu opaque pour bloquer les rayons solaires.
- ☼ Porter un chapeau à grands rebords pour vous protéger le visage, le cou et les oreilles.
- ☼ Appliquer sur la peau exposée une lotion antisolaire résistant à l'eau et dont le facteur de protection solaire (FPS) est d'au moins 15 contre les rayons UVA et UVB.
- ☼ Porter des lunettes de soleil qui protègent contre les rayonnements UV. Les lunettes de soleil et les lunettes de protection en plastique filtrent bien les rayons UV.
- ☼ Éviter l'exposition inutile. Rester à l'ombre lorsqu'il n'est pas nécessaire d'être au soleil.

### FACTEUR DE PROTECTION SOLAIRE (FPS)

- ☼ Le facteur FPS mesure la capacité que possèdent divers produits de protéger la peau contre les rayonnements UV. Plus le chiffre est élevé, plus la protection est grande (p. Ex., FPS30 protège mieux que FPS15).

Document: Guide santé sécurité de L'entretien des terrains, Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail, pages 80 à 82.

H:\SanteSecurite\Communique\2005\SSTCOAvril2005.wpd

**SOYEZ TOUJOURS PRUDENTES ET PRUDENTS**