

Zonbescherming bij buitenwerkers



huid
f o n d s

Buitenwerkers lopen een verhoogd risico op huidkanker door langdurige blootstelling aan UV-straling. Het Nationaal Huidfonds heeft in de periode november 2024 tot en met februari 2025 door de Universiteit van Maastricht onderzoek laten doen naar zonbescherming bij buitenwerkers. Dit kwalitatieve onderzoek biedt inzicht in hun zonbeschermingsgedrag, barrières en motivatoren voor adequate zonbescherming op de werkplek, en suggesties ter ondersteuning. Deze factsheet is bedoeld om bewustzijn te creëren bij werkgevers, werknemers en overheid en concrete stappen te stimuleren voor betere zonbescherming bij buitenwerkers.



HOE BESCHERMEN BUITENWERKERS ZICH?

- De **meerderheid** geeft aan de **schaduw** op te zoeken of de zon te mijden.
- Op **zonnige dagen** dragen veel buitenwerkers een **T-shirt en lange broek**.
- Als **extra bescherming** wordt vooral de **zonnebril** genoemd en slechts in een **enkel geval** bescherming van **nek of oren**.
- De **helft** gebruikt **zonnebrandcrème**, waarvan sommigen dit gedurende de dag herhalen.



BELANGRIJKSTE BARRIÈRES VOOR HET NEMEN VAN ZONBESCHERMENDE MAATREGELEN

- **Verminderde risicoperceptie**
Onder buitenwerkers is nauwelijks een gevoel van kwetsbaarheid voor huidverbranding of huidkanker aanwezig. Ze schatten zowel het risico's op, als de ernst van huidverbranding en huidkanker laag in en lijken te accepteren dat zonblootstelling een onderdeel van hun werk is.
- **Onvolledige kennis**
Kennis over zonkracht, verbrandingen, beschermingsmethoden en het verband tussen zonblootstelling en huidkanker lijkt onjuist of onvolledig. Informatie vanuit de werkgever bereikt de medewerkers niet altijd, of wordt niet adequaat verwerkt door de medewerkers.
- **Lage prioriteit**
Het werk zelf wordt vaak als belangrijker gezien dan zonbescherming en onregelmatige werkpatronen maken het lastig om goed te anticiperen op de zon en bescherming hiertegen. Bescherming wordt daarnaast als een eigen persoonlijke keuze gezien en blootstelling aan de zon wordt ook als positief en prettig ervaren.
- **Omgevingsfactoren**
Er is een gebrek aan of onwetendheid over de aanwezigheid van beschikbare beschermingsmiddelen. Zonbescherming tijdens het werk maakt geen deel uit van de sociale norm onder buitenwerkers. Kosten weerhouden zowel werkgever als werknemer om maatregelen te nemen.

Gedragsspecifieke barrière

De schaduw opzoeken is niet mogelijk, men ondervindt fysiek ongemak door beschermende kleding, en insmeren is geen gewoonte.

BELANGRIJKSTE MOTIVATOREN VOOR HET NEMEN VAN ZONBESCHERMENDE MAATREGELEN

- **Ervaring met huidkanker**
Persoonlijke ervaringen of die van naasten verhogen het gevoel van kwetsbaarheid en de ervaren noodzaak om te beschermen.
- **Kennis**
Juiste kennis over de schadelijkheid van UV-straling en beschermingsmethoden stimuleert zonbeschermend gedrag.
- **Positieve attitude**
Door het onderwerp zonbescherming duidelijk te agenderen, benadrukt de werkgever het belang ervan bij de werknemers.
- **Faciliterende omgeving**
Beschikbaarheid van zonbeschermingsmiddelen en rolmodellen in de werkomgeving, stimuleert werknemers zich te beschermen. Ook een sociale norm die bescherming aanmoedigt en hitteprotocollen worden genoemd als stimulans.

Gedragsspecifieke motivatoren

De mogelijkheid om de schaduw op te zoeken, het gebruik van beschermende kleding als onderdeel van de werkroutine, en het faciliteren van zonnebrandcrème door de werkgever.



WELKE OPLOSSINGEN ZIJN AANGEDRAGEN?



Agendeer zonbescherming in het bedrijf

Maak zonbescherming een vast onderdeel van het bedrijfsbeleid.



Duidelijke informatie

Voorzie in heldere en relevante informatie over risico's en beschermingsmethoden.



Invloedrijke voorlopers

Zet sleutelfiguren in om bewustzijn te vergroten en gedrag te beïnvloeden.



Faciliterende omgeving

Zorg voor gemakkelijke toegang tot beschermingsmiddelen en creëer schaduwplekken.



Verhalen

Gebruik persoonlijke verhalen en expertadviezen om de risico's te benadrukken.



Goede kleding

Bied comfortabele en effectieve zonbeschermende kleding aan.

ALGEMENE REFLECTIES

- Temperatuur speelt een cruciale rol in het gedrag van buitenwerkers; bescherming tegen hitte wordt vaak verward met bescherming tegen UV-straling/zonkracht. De acties die ze ondernemen hebben dan ook vaak meer te maken met bescherming tegen warmte (zoals rust pakken en water drinken) dan met bescherming tegen UV-straling.
- Buitenwerkers zijn onder te verdelen in actieve beschermers, twijfelaars en de onbewuste groep, elk met unieke behoeften
- Er zijn duidelijke kansen voor verbetering; zonbescherming wordt momenteel nog nauwelijks onder collega's besproken, maar de open sfeer op de werkvloer biedt daar wel gelegenheid voor. Het weer speelt een belangrijke rol voor buitenwerkers en de dagstart biedt een mogelijkheid aandacht aan zonbescherming te besteden.
- Er zijn duidelijke bedreigingen die aandacht verdienen; het is belangrijk om niet alleen om te gaan met (initiële) weerstand (men wil autonomie behouden), maar ook de tijd te nemen om mensen te laten wennen aan regels en om de naleving te handhaven, zodat de regel de nieuwe norm wordt.
- Een integrale aanpak is nodig, gericht op urgentie, educatie en omgevingsfaciliteiten, met co-creatie van oplossingen samen met de buitenwerkers.