

## **Creëer bewustzijn en stel vragen. Dat kost niks (3<sup>e</sup> alinea bedrijfskleding) / Jan Smit – Cobouw 06/07/21**

Arbo - Voer de termen 'bouwvakker', 'zon' en 'probleem' in en Amazon komt bovendrijven. Voor 63,83 euro heb je een veiligheidshelm die ook beschermt tegen de zon. De helmen zijn er in rood, geel, blauw en wit. Fijn! Nu de rest nog voor alle 90.000 bouwvakkers die in de buitenlucht werken en deze zomer de moordende Nederlandse zon weer tegenkomen. "Wat voor kleur heeft jouw plas?"  
Bouwvakker en hitte, je kunt er op voorhand een boek over schrijven. De zon is een slow killer, dat weten we allemaal. En soms niet eens zo slow. Onze zomers worden warmer, dat zal niemand meer ontkennen sinds onze thermometers enkele jaren geleden de 42 graden aantikten en de mussen dood vielen van het dak. Steeds meer mensen zeggen 'ach' en 'gut' en 'zo sneu' als ze de mannen van de bouw in bruinverbrande torso's op steigers zien zweten in de zomerzon. Blootstelling aan uv-straling geeft kans op huidkanker en schijnt nadelig te werken op ons immuunsysteem, dat we nu zo hard nodig hebben in de strijd tegen corona. Door een slecht functionerend immuunsysteem worden we eerder ziek. De buitenwerkende bouwvakker krijgt twee tot drie keer zoveel uv-straling 'op zijn dak' als de thuiswerkende kantoortijger.

### **Zonnebrand**

Niet voor niks circuleert het stappenplan 'Kijk uit voor je huid' al tijden op internet. Daar gaan we. Werk bij hitte in een overall of lange broek en overhemd of shirt met lange mouwen. Draag daar een helm of pet bij (met klep en nekflap). Vandaag gaan we all the way. Smeer onbedekte lichaamsdelen elke twee uur in met zonnebrandcrème, zeker als je veel zweet. En draag een zonnebril die je ogen ook aan de zijkant beschermt. Als het desalniettemin mis gaat? Een veranderd moedervlekje? Een zweertje dat maar niet verdwijnt? Bezoek een arts. En als je op de bouw door de hitte bevangen bent geraakt en in shocktoestand verkeert? Hoop maar met een grote H dat een collega 112 belt. Met de zon valt niet te spotten.

### **Steigerdeknet**

Oké. Maar wat kost nou een hittebestendige bouwplaats? We bellen met Margo Caspers van Vollandis. Zij heeft naast ergonomie, leefstijl en fysieke belasting ook hitte in haar portefeuille. "Een bedrag noemen is onmogelijk", valt Caspers meteen met de deur in huis, om te vervolgen met een rijtje onmisbare beschermers tegen de zon, van ademende kleding tot steigerdeknetten voor schaduwwerking op de steiger. Die netten kosten bij Vendrig Packaging 11 euro (2.57 m x 10 m) en bij groothandel BTN de Haas 61,44 euro (3.20 m x 20 m). Dat kan aardig in de kosten lopen als de steigerleverancier ze niet meeleverd en je, pak 'm beet, de Utrechtse domtoren moet aanpakken. Caspers vindt ademende kleding een must. Wat dat betreft is er goed nieuws want moderne werkkleding wordt steeds geavanceerder. UV Block en CoolDry zijn eigenschappen die zorgen voor bescherming tegen de zon én een ademende werking. In tegenstelling tot reguliere werkkleding is deze kleding uv-werend. Zonwerende werkkleding is, net als zonnebrandcrème, in verschillende factoren verkrijgbaar. De laagste factor is 2, die laat 50 procent uv-straling door volgens leverancier Tricorp. De hoogste factor is 40+, die weert meer dan 98 procent van de uv-straling. Om de werkkleding ook nog eens ademend te maken, wordt een speciaal ontworpen polyestervezel gebruikt. Deze ademende vezel wordt vaak in sportkleding toegepast om zweet op te vangen en vocht af te voeren en wordt precies om die reden ook gebruikt voor werkkleding. Prijzen zijn opvraagbaar bij Tricorp.

### **Genoeg water**

Van de webwinkel gaan we terug naar het probleem: onderschatting van de zon, met akelige verbrandingsverschijnselen en gruwelijke ziektes tot gevolg. Hoe voorkomen we dit allemaal? Caspers van Vollandis: "Sowieso moet er altijd genoeg water op de bouw zijn. Als er geen stromend water is, dan moet de werkgever voor flessen water zorgen. Ook moeten werkgevers zonnebrandcrème beschikbaar stellen. Die verplichting is zelfs opgenomen in de nieuwe cao."

### **Plas**

De meeste maatregelen vergen volgens Caspers geen directe investering. Neem interne communicatie vanuit de werkgever: bewustzijn creëren en vragen stellen. Caspers doet het voor: "Heb je genoeg gedronken? Wat voor kleur heeft jouw plas? Donkergeel? Dan heb je veel te weinig gedronken." Verder kunnen de werkzaamheden zó gepland worden dat je met de zon mee werkt en de lichte klussen op de bouw bewaard worden voor de warmste uren van de dag. Vollandis' advies? Doen! Want met de zon valt niet te spotten. Caspers vat samen: "Het gevaarlijkst is de combinatie van directe instraling, zware fysieke belasting en hoge buitentemperaturen. Wees daar alert op."

