



POSITIVA
COMPANÍA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

1

**Comunidad Nacional de
Conocimiento en:**

***MEDICINA PREVENTIVA
Y DEL TRABAJO***

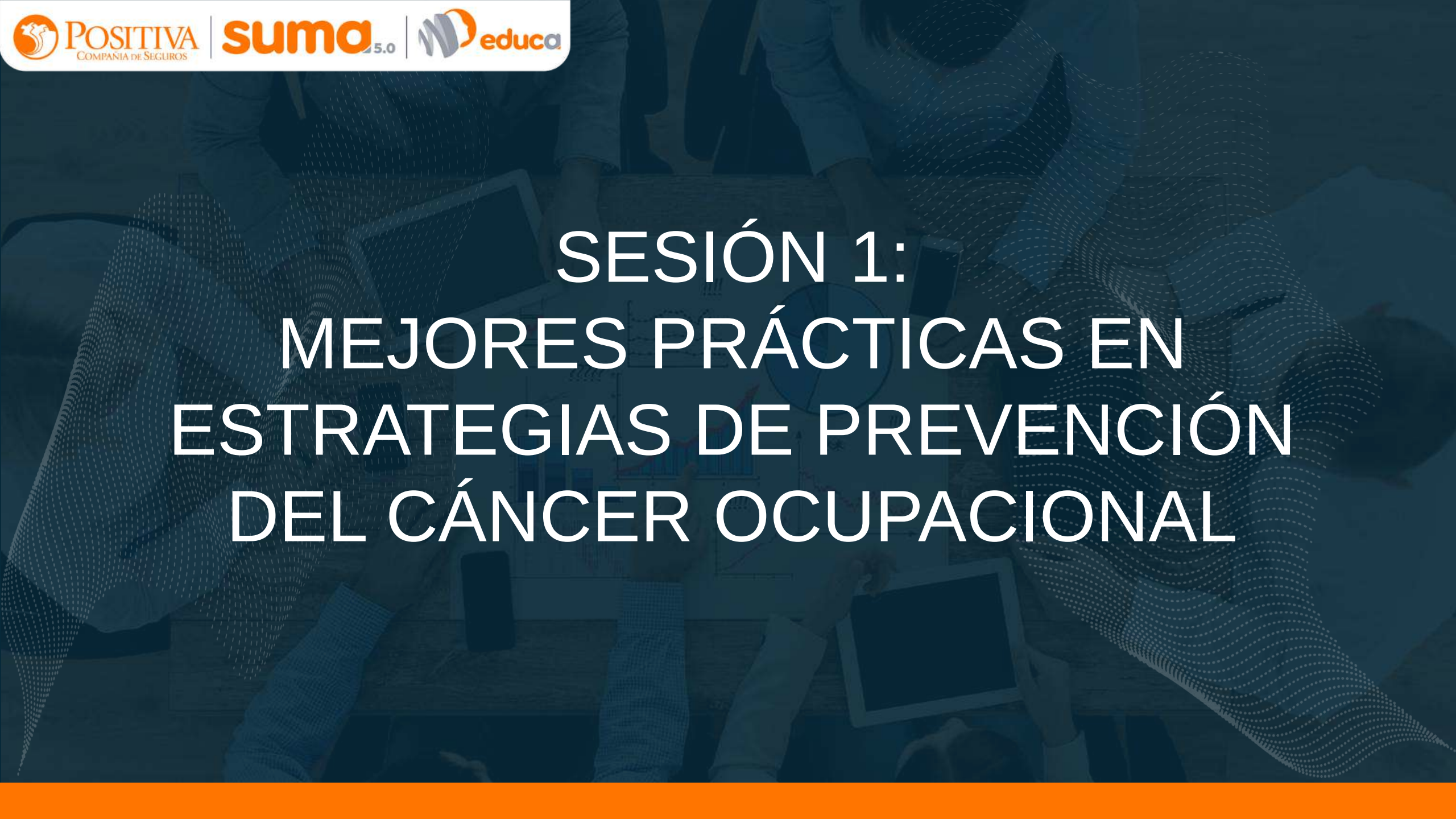
**El cuidado de sí
suma a tu vida**



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo



COLOMBIA
POTENCIA DE LA
VIDA



SESIÓN 1: MEJORES PRÁCTICAS EN ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER OCUPACIONAL

Experto Líder:

Cristian Alonso Ramírez

Perfil Profesional:

Médico Universidad Nacional Postgrado Salud Ocupacional UJTL. Maestría de Educación con énfasis en Investigación Cualitativa U de la Sabana. Diplomado Promoción de la Salud CIP-SALUD, U. de Antioquia, EVES - España Asesor internacional de Calificación de Invalidez y Origen, Certificador de Discapacidad, Profesor de Postgrado y Maestría U Externado de Colombia, U Nacional UDES, UJTL, U DE Cuenca Ecuador



Cristianalonso_r@Hotmail.com



3165292972



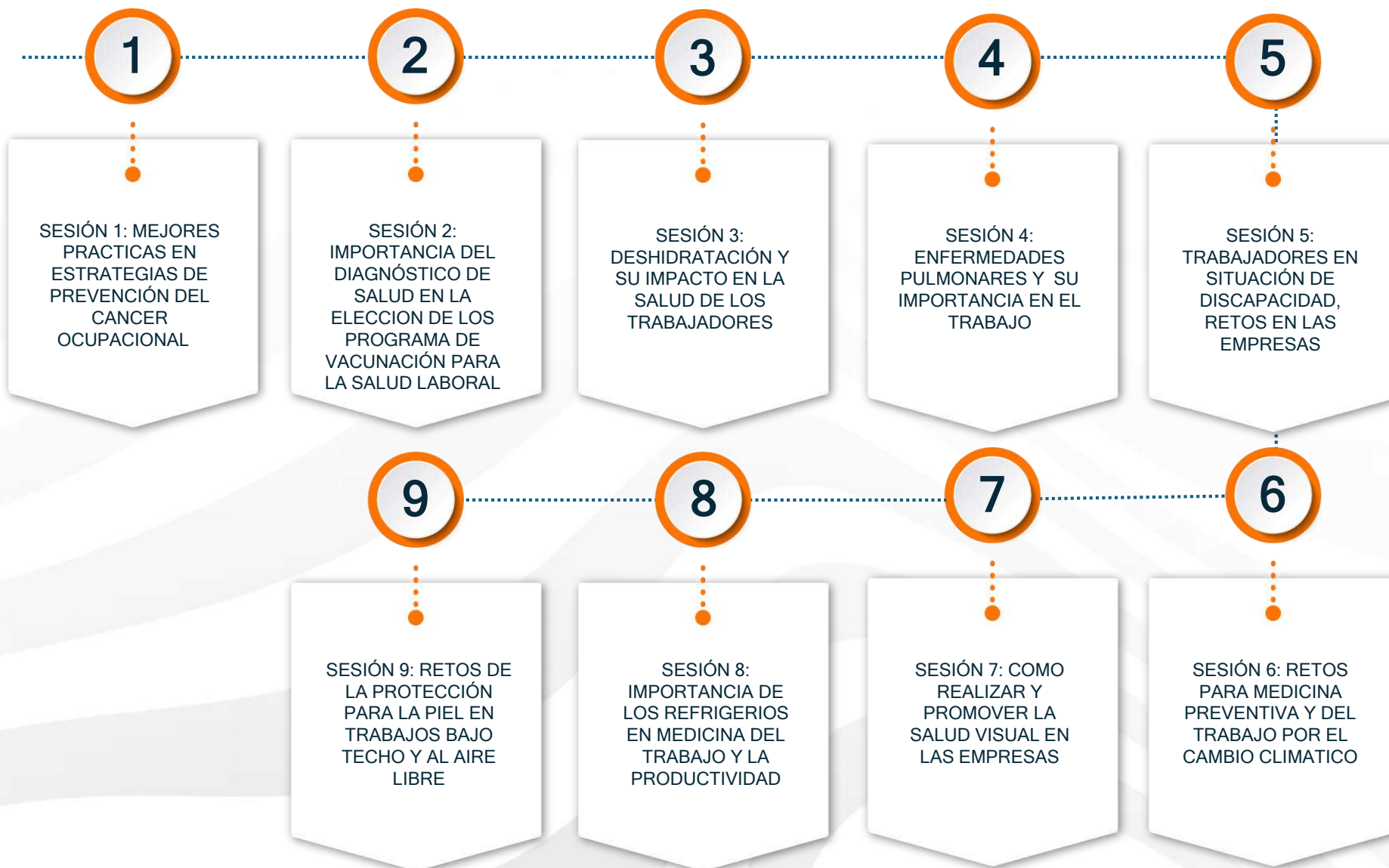
EN MEDICINA PREVENTIVA Y DEL TRABAJO



**CRISTIAN ALONSO
RAMIREZ**

MEDICO Y CIRUJANO
UNIVERSIDAD NACIONAL.
ESPECIALISTA EN SALUD
OCUPACIONAL UJTL,
MAGISTER EN EDUCACIÓN
E INVESTIGACIÓN
CUALITATIVA U DE LA
SABANA, DIPLOMADO EN
CALIFICACION DE
INVALIDEZ Y ORIGEN.

PROFESOR DE
DIPLOMADO, POSTGRADO
Y MAESTRIA EN LA
UNIVERSIDAD NACIONAL,
UNIVERSIDAD EXTERNADO
DE COLOMBIAN INAB USC
EN ECUADOR Y MEXICO.



Evaluémonos





POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



"Cuando pasas por una experiencia como esa, tus prioridades cambian y te das cuenta de lo que es realmente importante para ti",

Autor: Sofía Vergara. actriz diagnosticada con cáncer de tiroides en el 2000



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo



Objetivo general

Revisar con conceptos modernos de prevención del cáncer ocupacional.



Objetivos específicos



Definición de
Cáncer
ocupacional.



Como se clasifica la
carcinogenicidad
IARC EPA .



Factores de riesgo
ocupacional y factores
de riesgo del inviduos



Estrategias de
Control



POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



Definición de Cáncer Ocupacional /Laboral



El cáncer de origen laboral es un tumor maligno que se produce por la exposición a agentes químicos, agentes físicos o biológicos en el trabajo. También se conoce como cáncer ocupacional.



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo





POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



El cáncer inevitablemente afectará a la mayoría de nosotros a lo largo de nuestra vida, ya sea directa o indirectamente, por lo que es fundamental comprender bien los factores de riesgo del cáncer y lo que podemos hacer para mitigarlos. Si bien muchas personas conocen algunos de los factores de riesgo personales más comunes, como el tabaquismo o antecedentes familiares de ciertos tipos de cáncer, existen algunos factores menos conocidos, como el entorno laboral, que pueden poner a ciertos empleados en un riesgo mayor de contraer enfermedades, sin saberlo.



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo





POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



Los empleadores pueden desempeñar un papel fundamental en la educación de sus empleados sobre los factores de riesgo del cáncer al asumir un papel proactivo en la prevención y/o detección temprana del cáncer (una de las mejores herramientas que tenemos para limitar el impacto del cáncer) a través de la concientización de los empleados, iniciativas de bienestar y apoyo



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo



COLOMBIA
POTENCIA DE LA
VIDA



La Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer (IARC)

- Ha evaluado 931 agentes en cuanto a su potencial de causar cáncer.
- Grupos de expertos internacionales independientes realizan las evaluaciones e integran la evidencia científica mundial apropiadamente publicada: humana, animal y otros datos pertinentes.

La Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (US Environmental Protection Agency)

- también tiene una categorización de carcinógeno para humanos: carcinogénico en humanos/probable carcinógeno en humanos/evidencia sugestiva de potencial carcinógeno en humanos/datos inadecuados para evaluar la carcinogenicidad en humanos/y probablemente no cancerígeno.

Hay una cantidad enorme de compuestos que no han sido evaluados por carcinogenicidad.

- Es probable que aún se no haya identificado un gran número de agentes cancerígenos, en especial compuestos recientemente sintetizados y distintas mezclas.



Clasificación de Carcinogenesis



POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

IARC		EVIDENCIAS		EPA	
GRUPO	TIPO	HUMANAS	ANIMAL	GRUPO	TIPO
1	CARCINÓGENO HUMANO	SUFICIENTES		A	CARCINÓGENO HUMANO
2A	PROBABLE	LIMITADAS	SUFICIENTES	B1	PROBABLE
		LIMITADAS	---	B1	PROBABLE
		---	SUFICIENTES MUY FUERTES	B1/B2	PROBABLE
2B	POSIBLE	LIMITADAS	SUFICIENTES	B2	POSIBLE
		---	---	B2	POSIBLE
		---	LIMITADAS MUY FUERTES	B2/C	POSIBLE
3	NO CLASIFICABLE	SIN DATOS O MUY LIMITADAS		C/D	NO CLASIFICABLE
4	PROBABLEMENTE NO CANCERÍGENO	SIN EVIDENCIAS		E	PROBABLE NO CANCERÍGENO



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo



COLOMBIA
POTENCIA DE LA
VIDA

Factores de riesgo asociados al Cáncer Laboral

Para los pilotos, volar solo una hora en la cabina de un avión (más cerca del sol que una oficina promedio) los expone al mismo nivel de radiación ultravioleta que pasar 20 minutos en una cama de bronceado. Si sumamos miles de vuelos a lo largo de una carrera en la industria de la aviación, es fácil entender por qué las tripulaciones de vuelo tienen un mayor riesgo de desarrollar melanoma y otros cánceres de piel



Más evidencia que muestra una correlación entre el trabajo en turnos nocturnos y ciertos cánceres.

- Relacionado con la alteración de los ritmos circadianos, que desempeñan un papel fundamental en el control de muchos de los procesos naturales de nuestro cuerpo relacionados con la salud y el bienestar, como el hambre, la regulación de la temperatura corporal, el metabolismo y otros.
- La secreción de melatonina, que se produce durante la noche y también es estimulada por nuestros ritmos circadianos, ralentiza el crecimiento de tumores y la propagación de células cancerosas.



POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



Factores de riesgo asociados al Cáncer Laboral

- Impacto adverso que puede tener estar sentado en la salud de una persona, y muchas personas ahora viven según el mantra:
 - "Sentarse es el nuevo hábito de fumar".
 - Algunos relojes inteligentes tienen "recordatorios de pie" incorporados y las ventas de escritorios de pie han aumentado considerablemente en los últimos años.
 - Además de aumentar exponencialmente el riesgo de que una persona desarrolle enfermedades cardíacas, diabetes e hipertensión, algunos estudios han demostrado que permanecer sentado durante mucho tiempo está asociado con una mayor incidencia de cáncer de mama y colon.





POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



Edad

- Instituto Nacional del Cáncer (NCI), la edad es el principal factor de riesgo de cáncer en general y el factor de riesgo número uno para muchos tipos individuales de cáncer, siendo los pacientes mayores de 60 años un 5.000 por ciento más propensos a desarrollar cáncer en comparación con los pacientes de 20 años o menos.
- Consideremos esto en el contexto de una fuerza laboral que envejece –con la edad media de los empleados aumentando un año completo o más para 2031.
- Aunque los empleados más jóvenes tienen una menor probabilidad general de desarrollar cáncer, pueden tener un mayor riesgo de desarrollar cáncer en comparación con sus homólogos de generaciones anteriores.
- Por ejemplo, las tasas de cáncer de colon casi se han duplicado en pacientes menores de 55 años, y hoy en día se siguen reportando nuevos casos de cáncer de colon en jóvenes.



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo

<https://www.concentra.com/resource-center/articles/workplace-cancer-risks-and-prevention/#:~:text=La%20detecci%C3%B3n%20temprana%20sigue%20siendo,la%20lucha%20contra%20el%20c%C3%A1ncer.&text=Cuando%20el%20c%C3%A1ncer%20se%20detecta,implementar%20otras%20estrategias%20de%20apoyo>





Factores de riesgo ocupacionales que generan cáncer

Cuadro 1. Agentes ocupacionales cancerígenos más frecuentes en Costa Rica, 2000

Clasificación de la IARC de agentes en cuanto a su potencial cancerígeno

Grupo 1: Causa cáncer en humanos (reconocido cancerígeno en humanos); Grupo 2A: Probablemente cancerígeno para humanos; Grupo 2B: Posiblemente cancerígeno para humanos; Grupo 3: No clasificable por carcinogenicidad para humanos por datos inadecuados; Grupo 4: Probablemente no cancerígeno para humanos.

Agente	Grupo IARC	Órgano afectado por cáncer	Trabajadores expuestos en Costa Rica	% de PEA	Fuentes de exposición
Radiación solar	1	Piel	333000	25.6	Trabajos al aire libre
Radiación ultravioleta	2A	Piel	333000	25.6	Trabajos al aire libre
Emisiones de diesel	2A	Pulmón	278000	21.3	Combustión, motores, transporte, máquinas
Hidrocarburos poliaromáticos	1-3	Pulmón, piel	142100	10.9	Emisiones de diesel, humo de tabaco ambiental, combustión incompleta de la materia orgánica, brea de alquitrán, alquitrán, petróleo, hollín, aceites minerales
Humo de tabaco ambiental	1	Pulmón	70700	5.4	Bares, restaurantes
Cromo VI, compuestos	1	Pulmón, nariz	55000	4.2	Cemento, acero, colorantes, pigmentos, soldadura, recubrimiento, aleaciones anticorrosivas, curtiduría, preservación de madera
Benceno	1	Leucemia	52100	4.0	Gasolina, solventes, industria química y petroquímica
Clorotalonil	2B	¿Riñón?	37900	2.9	Producción y aplicación de fungicidas
Polvo de madera	1	Nariz, pulmón	32200	2.5	Aserraderos, fabricación de muebles, construcción
Cuarzo (sílice cristalina)	1	Pulmón	27100	2.1	Minas, construcción, vidrio, cerámicas, piedra, fundación, pavimentación
Plomo y compuestos inorgánicos	2A	Riñón, ¿estómago?	19400	1.5	Pinturas, baterías, reparación de vehículos, fundición, soldadura, recubrimientos, vidrio, tubos, cables
Tetracloroetileno	2A	Pulmón	18100	1.4	Desengrasante (metalurgia, textiles)
Radón y productos de desintegración	1	Pulmón	13800	1.1	Minas, trabajo subterráneo, espacios confinados, procesamiento de minerales
Formaldehído	1	Naso-faringe, leucemia	13100	1.0	Plásticos, textiles, lacas, colas, fundición, tablas, contrachapados, preservación, laboratorios, desinfectante, embalsamamiento
Herbicidas clorofenólicos	2B	Linfomas, sarcomas de tejido blando	10500	0.8	Producción y aplicación de herbicidas
Diclorometano (cloruro de metileno)	2B	¿Próstata?	9500	0.7	Industria farmacéutica y química, solvente, desengrasante, farmacias, plaguicidas, semiconductores

PEA: Población económicamente activa. NE: No evaluado.

Adaptado y actualizado de: Chaves et al.¹⁶



Fuente: Programa de monografías de IARC, Librería Nacional de Medicina de EEUU - Haz Map, CAREX Colombia 2012, Manual de agentes carcinógenos de los grupos 1 y 2A de la IARC, de interés ocupacional para Colombia 2006, Identificación de carcinógenos ocupacionales: una actualización de las monografías de la IARC Loomis 2018, Exposiciones prevenibles asociadas con cánceres humanos Coglianò 2011.



N.º	Químicos	CAS
1	1,2-dicloropropano	78-87-5
2	1,3-butadieno	106-99-0
3	2,3,7,8-tetraclorodibenzopara-dioxina	1746-01-6
4	2-naftilamina	91-59-8
5	4-aminobifenilo	92-67-1
6	Arsénico y compuestos de arsénico inorgánico	7440-38-2
7	Asbesto	
8	Benceno	71-43-2
9	Bencidina	92-87-5
10	Berilio y compuestos de berilio	7440-41-7, varios
11	Bis 4,4'-metileno (2-cloroanilina) (MOCA)	101-14-4
12	Cadmio y compuestos de cadmio	7440-43-9
13	Cloruro de vinilo	75-01-4
14	Compuestos de cromo (VI)	1333-82-0
15	Compuestos de níquel	7440-02-0; varios
16	Compuestos inorgánicos de plomo	301-04-2
17	Formaldehído	50-00-0
18	Mostaza azufrada (gas mostaza)	505-60-2
19	Orto-toluidina	95-53-4
20	Pentaclorofenol	87-86-5
21	Polvo de sílice, cristalino, en forma de cuarzo o cristobalita.	14808-60-7 varios
22	Tricloroetileno	79-01-6
23	Óxido de etileno	75-21-8
24	2,3,4,7,8-penta cloro dibenzofurano	57117-31-4
25	Éter bis (clorometil); clorometil metil éter	542-88-1

Henríquez-Mendoza, Giana M., Cruz, Francy L., Cortés-Sánchez, Carlos, & Giraldo-Luna, Clara M.. (2021). Carcinógenos ocupacionales relevantes en Colombia, listado actualizado (2020). *Revista de Salud Pública*, 23(4), 1. Epub May 13, 2022. <https://doi.org/10.15446/rsap.v23n4.85134>

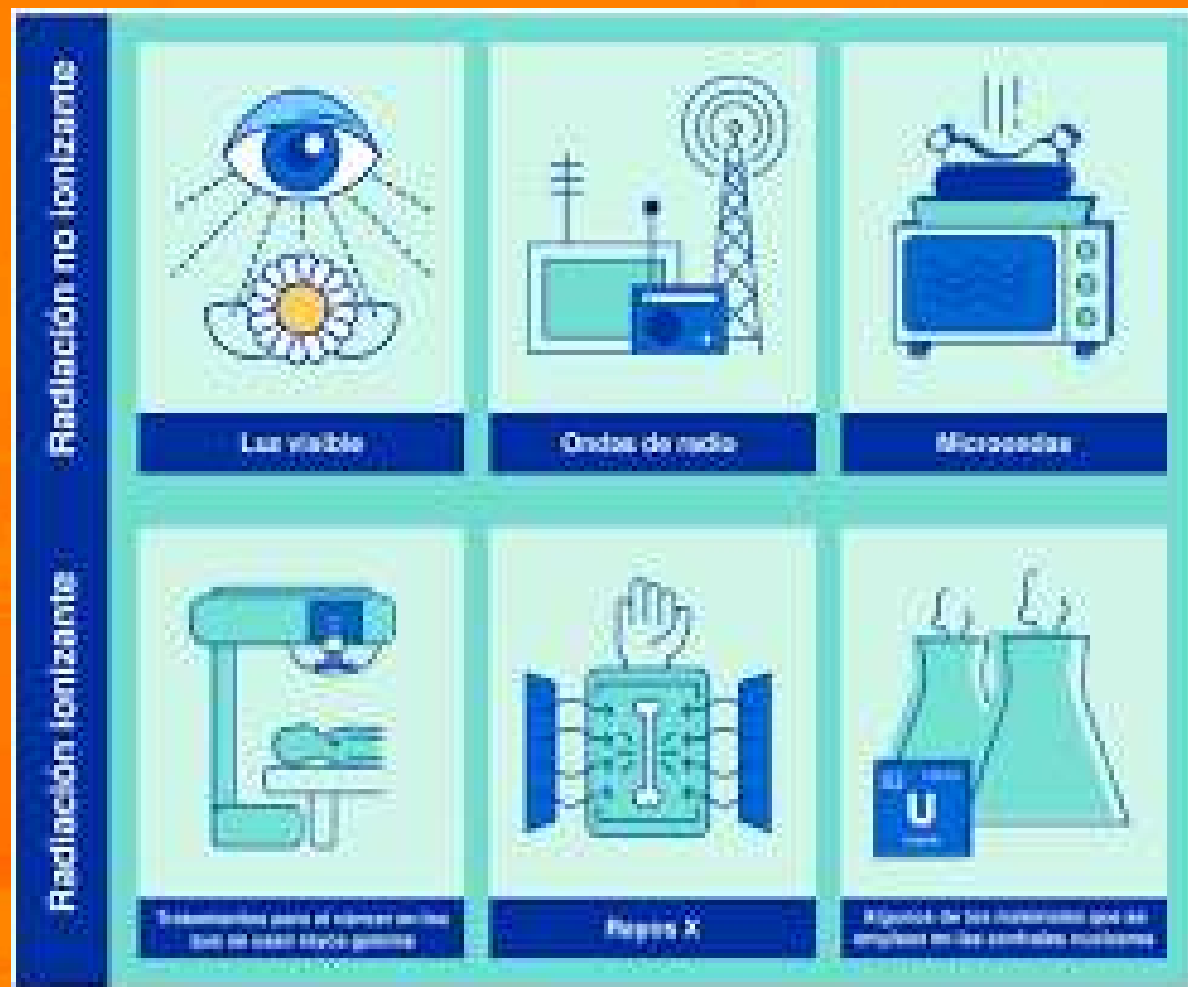


Carcinógenos ocupacionales de tipo físico

Fuentes: Programa de monografías de IARC, Librería Nacional de Medicina de EEUU - Haz Map, CAREX Colombia 2012, Manual de agentes carcinógenos de los grupos 1 y 2A de la IARC, de interés ocupacional para Colombia 2006, Identificación de carcinógenos ocupacionales: una actualización de las monografías de la IARC Loomis 2018, Exposiciones prevenibles asociadas con cánceres humanos Coglianò 2011.

No	Físicos	CAS
1	Radiación X y gamma	
2	Radiación solar/ultravioleta	
3	Radiación ultravioleta (soldadura)	
4	Radón-222 y sus productos en descomposición (emisores de alfa partículas)	10043-92-2

Sánchez, Carlos, & Giraldo-Luna, Clara M.. (2021). Carcinógenos ocupacionales relevantes en Colombia, listado actualizado (2020). *Revista de Salud Pública*, 23(4), 1. Epub May 13, 2022. <https://doi.org/10.15446/rsap.v23n4.85134>



Carcinógenos ocupacionales de tipo biológico

No	Mezclas	CAS
1	Aflatoxinas	1402-68-2
2	Infección con virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) tipo 1	
3	Infección crónica con virus de la hepatitis B	
4	Infección crónica con virus de la hepatitis C	

Fuentes: Programa de monografías de IARC, Librería Nacional de Medicina de EEUU - Haz Map, CAREX Colombia 2012, Manual de agentes carcinógenos de los grupos 1 y 2A de la IARC, de interés ocupacional para Colombia 2006, Identificación de carcinógenos ocupacionales: una actualización de las monografías de la IARC Loomis 2018, Exposiciones prevenibles asociadas con cánceres humanos Coglianò 2011.

Henríquez-Mendoza, Giana M., Cruz, Francy L., Cortés-Sánchez, Carlos, & Giraldo-Luna, Clara M.. (2021). Carcinógenos ocupacionales relevantes en Colombia, listado actualizado (2020). *Revista de Salud Pública*, 23(4), 1. Epub May 13, 2022. <https://doi.org/10.15446/rsap.v23n4.85134>



Carcinógenos ocupacionales tipo circunstancias de exposición

No	Circunstancia de exposición
1	Nieblas ácidas inorgánicas fuertes
2	Fundición de hierro y acero
3	Gasificación del carbón
4	Producción de coque
5	Refinería del petróleo (exposición ocupacional en)
6	Industria del caucho
7	Manufactura de vidrio (decorativo, recipientes y artículos prensados)
8	Peluquero o barbero (exposición ocupacional como un)
9	Pintores y producción de aluminio
10	Humos de soldadura
11	Contaminación del aire exterior Material particulado en aire contaminado exterior

Fuentes: Programa de monografías de IARC, Librería Nacional de Medicina de EEUU - Haz Map, CAREX Colombia 2012, Manual de agentes carcinógenos de los grupos 1 y 2A de la IARC, de interés ocupacional para Colombia 2006, Identificación de carcinógenos ocupacionales: una actualización de las monografías de la IARC Loomis 2018, Exposiciones prevenibles asociadas con cánceres humanos Coglianò 2011.

Henríquez-Mendoza, Giana M., Cruz, Francy L., Cortés-Sánchez, Carlos, & Giraldo-Luna, Clara M.. (2021). Carcinógenos ocupacionales relevantes en Colombia, listado actualizado (2020). *Revista de Salud Pública*, 23(4), 1. Epub May 13, 2022. <https://doi.org/10.15446/rsap.v23n4.85134>

La clave sigue siendo la Detección temprana



POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



La detección temprana sigue siendo la herramienta más convincente en la lucha contra el cáncer.



- Cuando el cáncer se detecta en sus primeras etapas, el tratamiento suele ser más exitoso y los resultados de los casos suelen ser mejores.
- Para los empleadores, la detección temprana también puede significar costos reducidos (tanto directos como indirectos) asociados con el cáncer de los empleados.
- Teniendo esto en cuenta, los empleadores y los empleados pueden beneficiarse incorporando soluciones de detección temprana del cáncer en un plan de salud y bienestar en el lugar de trabajo o apoyando a los empleados en sus esfuerzos por someterse a pruebas de detección del cáncer de rutina según lo recomendado por sus proveedores de atención médica.
- Esto puede significar permitir tiempo adicional fuera del trabajo para visitas de detección o implementar otras estrategias de apoyo.



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo



Enfoque holístico

El Northeast Business Group on Health (NEBGH) y la Sociedad Estadounidense del Cáncer coinciden en que combinar las pruebas de detección tempranas con un enfoque holístico hacia la prevención del cáncer es clave cuando se trata de desalentar los casos de cáncer en los empleados.

Como parte del popular recurso de NEBGH sobre el tema, una guía titulada *Delivering Value in Cancer Care: The Employer Perspective*, se alienta a los empleadores a incorporar algunas de las siguientes estrategias de bienestar en sus planes de bienestar en el lugar de trabajo:

- Planes de seguro médico (EPS, Planes complementarios...) que cubran los exámenes de detección de cáncer recomendados.
- Crear políticas que fomenten y apoyen la detección del cáncer, como tiempo libre remunerado para las citas de detección.
- Proporcionar recursos educativos sobre los riesgos del cáncer y estrategias de prevención.
- Apoyar a los pacientes que puedan desarrollar cáncer ofreciéndoles acceso a un navegador de pacientes y otros recursos



POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



Pilares de la reducción del riesgo de cáncer



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo



Formas de Reducir el Riesgo de Cáncer



No fumar y no consumo de ningún tipo de tabaco. No fumador pasivo

Peso Saludable

Riesgos

Haga ejercicio (30 Min día o 150 semana)

Limitar el tiempo que permanece sentado.

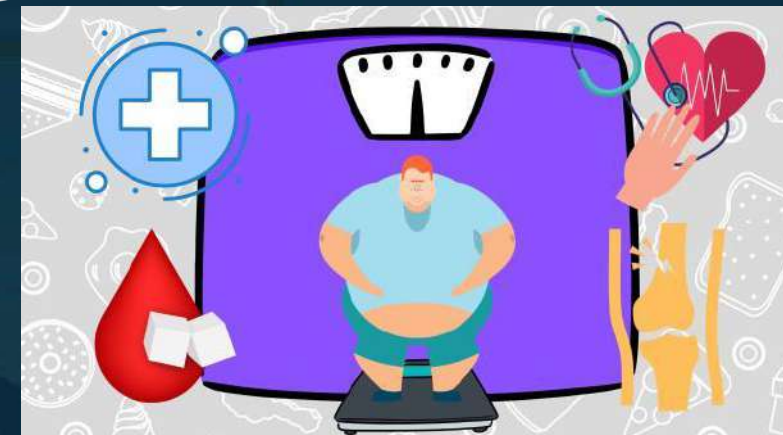
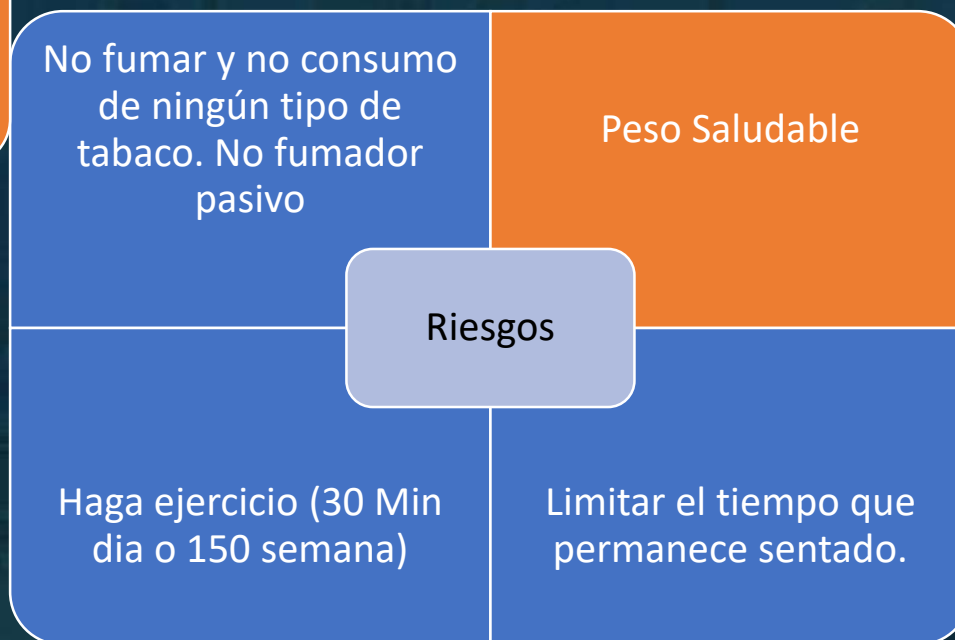
El 84 % de las muertes atribuibles al consumo de cigarrillo son a causa de cáncer de tráquea, pulmón y bronquios.

Cáncer de laringe (82 %),
Esófago (71 %),
Labio, cavidad oral, faringe (64 %),
Vejiga urinaria (48 %),
Estómago (27 %),
Páncreas (26 %),
Leucemia mieloide aguda (25 %),
Riñón y pelvis renal (24 %) y
Cuello uterino (13 %).

Formas de Reducir el Riesgo de Cáncer

Sobrepeso y la obesidad se asocian con un mayor riesgo de desarrollar 13 tipos de cáncer. Entre ellos están:

- Cáncer de mama después de la menopausia
- Cáncer colorrectal
- Cáncer de esófago
- Cáncer de estómago
- Cáncer de hígado
- Cáncer de ovario
- Cáncer de páncreas
- Cáncer de riñón
- Cáncer de tiroides
- Cáncer de vesícula
- Meningioma
- Mieloma múltiple



Formas de Reducir el Riesgo de Cáncer



No fumar y no consumo de ningún tipo de tabaco. No fumador pasivo

Peso Saludable

Riesgos

Haga ejercicio (30 Min día o 150 semana)

Limitar el tiempo que permanece sentado.



El sedentarismo y pasar muchas horas sentadas puede causar cáncer

- El sedentarismo y la falta de ejercicio físico constante pueden hacernos más vulnerables a padecer algún tipo de Cáncer. Por eso es importante, hacer actividad física y tener a una buena alimentación.
- Según un estudio realizado por la Sociedad Americana contra el Cáncer (EE.UU) las mujeres que pasan más tiempo sentadas en sus tiempos libres estarían en mayor riesgo de desarrollar cáncer. Este riesgo es para cualquier tipo de cáncer en general, pero también aumenta específicamente en el mieloma múltiple (un cáncer de la sangre), cáncer de mama invasivo y cáncer de ovario.

Actividad física y peso

- El riesgo general de cáncer fue un 10% más alto en las mujeres, después de que los investigadores tuvieran en cuenta otros factores relacionados con el estilo de vida, como los niveles de actividad física y el peso. Pero entre los hombres no se halló ese vínculo.
- Por otro lado, el grupo de investigadores advirtió, que aunque el estudio no fue diseñado para establecer o probar una relación causal entre sedentarismo y el Cáncer, una asociación sirve para advertir que es clave revertir la ausencia o baja de actividad física.
- Según los científicos, se necesita de mayores investigaciones para comprender mejor las diferencias en las asociaciones entre hombres y mujeres y para precisar la relación exacta entre el mayor tiempo de estar sentados con el aumento del riesgo de Cáncer.

Formas de Reducir el Riesgo de Cáncer

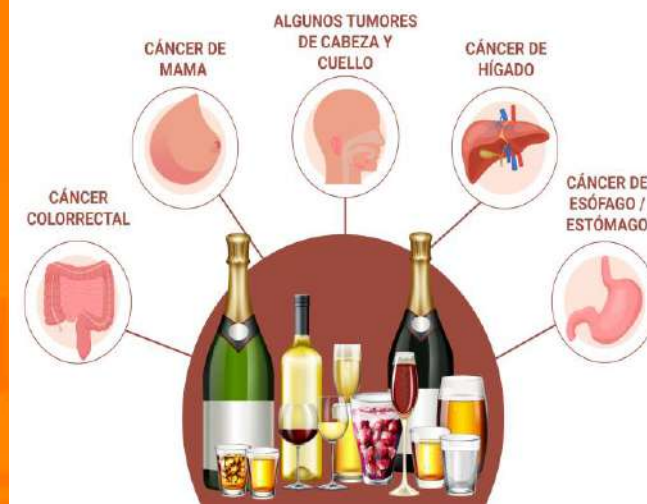


Asociado al cáncer colon:
Alimentación con alto consumo de grasas, carnes rojas, y alimentos altamente procesados (embutidos)



QUÉ TIPOS DE CÁNCERES ESTÁN ASOCIADOS AL CONSUMO DE ALCOHOL

Entre otros mecanismo, el alcohol puede producir daño en el ADN de las células



A Es diferente en hombres y mujeres, no está muy bien definido que es moderado, ejemplos:

- 12 onzas líquidas (355 mililitros) de cerveza común
- 5 onzas líquidas (148 mililitros) de vino
- 1,5 onzas líquidas (44 mililitros) de licores fuertes o destilados



POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



Formas de Reducir el Riesgo de Cáncer

Luz solar y piel:
Ayuda a **fabricar la vitamina D**
Es beneficiosa en cantidades limitadas

Uso de protector solar:

- Aplicar protector solar de amplio espectro con un SPF (Factor de Protección Solar) de 50. Reaplicar cada dos horas y después de nadar o sudar.

Ropa protectora:

- Usar ropa que cubra la mayor parte del cuerpo, como camisas de manga larga, pantalones largos y sombreros de ala ancha, así como ropa especial con protección a los rayos UV. Las gafas de sol que bloquean los rayos UV también son esenciales.

Buscar sombra:

- Limitar la exposición al sol, especialmente entre las 11:00 y las 17:00, cuando los rayos UV son más fuertes. Buscar sombra bajo árboles, sombrillas o estructuras.

Evitar las camas de bronceado:

- Las camas de bronceado emiten rayos UV que pueden causar cáncer de piel. Evitar su uso por completo.

Autoexamen y detección temprana.

- Asimetría, bordes, color, diametro, evolución.

Comer saludablemente

Limitar el consumo de alcohol

Estrategias

Participar en los Programa de tamizaje de cáncer: colorectal, mama y cerviucouteriono

Evitar la exposición excesiva al sol



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo

<https://okdiario.com/salud/efectos-rayos-uv-sobre-piel-resecamiento-manchas-solares-enrojecimiento-cancer-piel-9576691>

<https://hospitalesanroque.com/es/noticias/prevencion-del-cancer-de-piel>





POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



Formas de Reducir el Riesgo de Cáncer

Comer saludablemente

Limitar el consumo de alcohol

Estrategias

Participar en los Programa de tamizaje de cáncer: colorectal, mama y cervicouterino

Evitar la exposición excesiva al sol



1. Examen clínico de mama:

2. Aplicación de pruebas de tamización:

- Mamografía
- Ecografía mamaria
- Resonancia magnética mamaria



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo





POSITIVA
COMPAÑÍA DE SEGUROS

suma 5.0



Medidas de control de ingeniería:

- Describe las medidas para controlar la exposición a carcinógenos en la fuente (ej. ventilación, encapsulación, sustitución de materiales, procesos automatizados).

Medidas de control administrativo:

- Explica cómo organizar el trabajo para reducir la exposición (ej. rotación de puestos, limitación del tiempo de exposición, programas de vigilancia de la salud, capacitación y entrenamiento).

Equipos de protección personal (EPP):

- Describe los EPP apropiados para cada carcinógeno y su correcta utilización. Enfatiza la importancia del mantenimiento y la correcta elección del EPP.

Higiene industrial:

- Destaca la importancia de la higiene industrial en la prevención, incluyendo monitorización del ambiente laboral, limpieza y descontaminación, gestión de residuos.

Vigilancia de la salud:

- Describe los programas de vigilancia médica y exámenes periódicos para detección temprana. Explica la importancia del reporte de síntomas y la confidencialidad.



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo



POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



Bibliografía

Henríquez-Mendoza, Giana M., Cruz, Francly L., Cortés-Sánchez, Carlos, & Giraldo-Luna, Clara M.. (2021). Carcinógenos ocupacionales relevantes en Colombia, listado actualizado (2020). *Revista de Salud Pública*, 23(4), 1. Epub May 13, 2022. <https://doi.org/10.15446/rsap.v23n4.85134>
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642021000400006

<https://www.concentra.com/resource-center/articles/workplace-cancer-risks-and-prevention/#:~:text=La%20detecci%C3%B3n%20temprana%20sigue%20siendo,la%20lucha%20contra%20el%20c%C3%A1ncer.&text=Cuando%20el%20c%C3%A1ncer%20se%20detecta,implementar%20otras%20estrategias%20de%20apoyo>

Partanen, Timo, Monge, Patricia, & Wesseling, Catharina. (2009). Causas y prevención del cáncer ocupacional. *Acta Médica Costarricense*, 51(4), 195-205. Retrieved February 10, 2025, from http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001-60022009000400003&lng=en&tlng=es.



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo

Evaluémonos





¿Preguntas?



Recuerda que POSITIVA tiene para ti:



<https://posipedia.com.co/> 



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos



POR MUCHAS CONEXIONES MÁS

Andrés

Despierta todos los días seguro y feliz, porque permanece informado de las noticias y actividades nuevas en SST con su comunidad educativa Positiva Educa en WhatsApp.



1

Escanea el Código QR con tu celular.



2

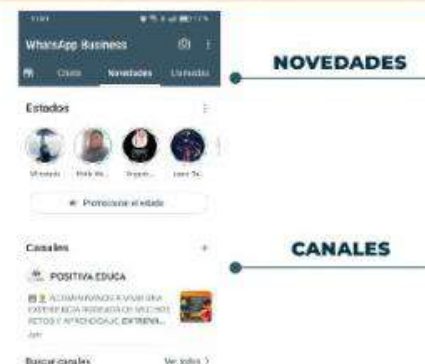
Síguenos y entérate de todas las actualizaciones de nuestro Plan Nacional de Educación.



3

¡Recuerda!

El canal lo encuentras en la pestaña de Novedades de tu Whatsapp





POSITIVA
COMPANIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

¡SÍGUENOS EN NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código
QR con tu celular