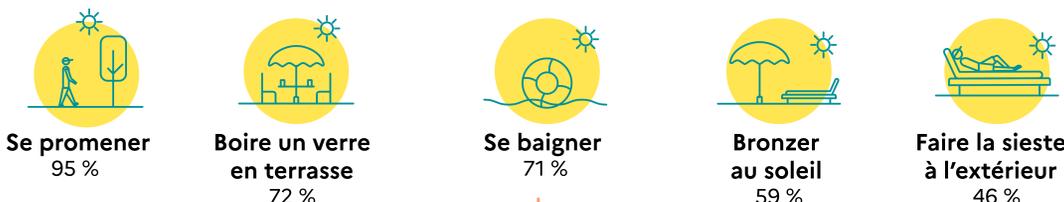


Perception et habitudes des Français face aux risques de cancers de la peau liés à l'exposition solaire

EN PÉRIODE ESTIVALE, LES FRANÇAIS PRÉVOIENT DES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES LES EXPOSANT FORTEMENT AUX RAYONNEMENTS UV



Ce pourcentage atteint **77 %** pour les personnes habitant dans les territoires avec plus de 2 000 heures d'ensoleillement/an.

Les risques liés aux rayonnements UV, ce n'est pas uniquement lorsque l'on s'expose sur la plage ! Ils sont également présents lors des activités de plein air ou par temps couvert. Et l'intensité des UV est plus forte en altitude et en présence de surfaces réfléchissantes comme l'eau, le sable ou la neige. Les gestes de protection doivent s'appliquer dans toutes ces situations.

LA DIMENSION ESTHÉTIQUE POSITIVE DU SOLEIL PRÉGNANTE DANS LA POPULATION

La perception du bronzage reste généralement positive dans la population et ce majoritairement pour des raisons esthétiques :



Ils sont également **59 %** à déclarer avoir meilleur moral lorsqu'ils sont bronzés et **78 %** à penser que le soleil est bon pour la santé.

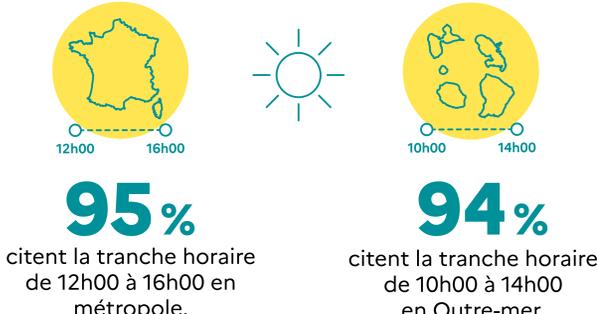
Le bronzage est une réaction de protection de la peau qui s'enclenche contre les dommages causés par les UV du soleil ou des sources d'UV artificielles et intenses. Une peau bronzée indique donc que l'ADN a subi des dommages causés par les UV et n'atteste pas d'une bonne santé.

Les UV solaires et la pratique du bronzage artificiel augmentent les risques de cancers de la peau.

Une exposition courte des mains, avant-bras et visage d'avril à septembre permet de synthétiser la vitamine D (5 à 10 minutes pour les peaux claires et 15 à 30 minutes pour les peaux foncées ou noires).

UNE BONNE CONNAISSANCE DES RISQUES LIÉS AU SOLEIL MAIS PAS TOUJOURS SUIVIE EN PRATIQUE

La tranche horaire considérée comme étant la plus dangereuse par les Français :



Malgré une bonne connaissance des heures les plus dangereuses d'exposition aux rayons UV



Ils sont également nombreux à connaître les situations qui peuvent augmenter ou provoquer les cancers de la peau.

Ainsi **9 Français sur 10** sont d'accord pour citer...

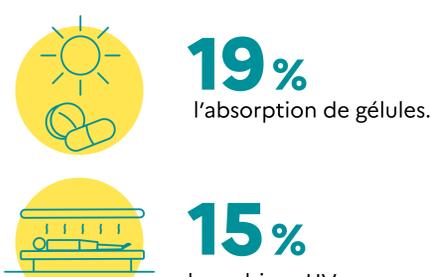
- l'exposition au soleil
- les coups de soleil en général et notamment pendant l'enfance
- nombreux grains de beauté
- le type de peau

...comme des facteurs de risque de cancers de la peau à moyen/long terme.

DES IDÉES REÇUES DÈMEURENT SUR LES GESTES DE PROTECTION EFFICACES

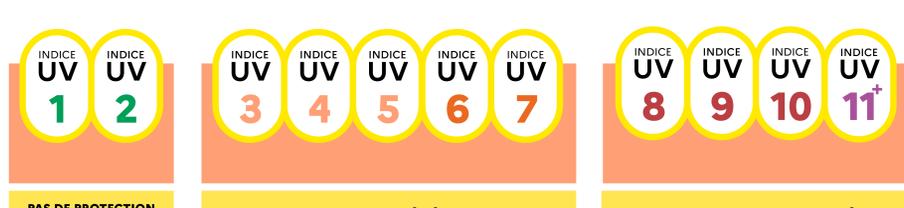


Les Français pensent que les risques de coups de soleil peuvent être réduits par :



Il n'existe aucun moyen qui permet de préparer sa peau au soleil. Le bronzage par UV artificiels augmente les risques de cancers cutanés. Chaque année, 380 mélanomes sont causés par les cabines UV. Le rayonnement émis par ces UV équivaut à un soleil de très forte intensité et les effets nocifs de cette exposition se cumulent avec ceux des UV artificiel.

Ainsi, pour se protéger des risques de cancers de la peau, il est recommandé de rechercher l'ombre, de ne pas s'exposer aux heures les plus chaudes (de 10h à 14h en Outre-mer et 12h à 16h en métropole), de porter des vêtements à manches longues, un chapeau à larges bords et des lunettes de soleil. En complément, sur les zones découvertes, il est recommandé d'appliquer régulièrement une protection solaire (indice SPF 30+ en cas d'indice UV allant de 3 à 7 et 50+ pour les indices UV supérieurs).



Avec plus de **100 000 nouveaux cas** chaque année, les cancers de la peau sont les cancers les plus fréquents en France. La forme la plus agressive, le mélanome, a vu son nombre de cas multiplié par 5 entre 1990 et 2018 pour atteindre 15 500 nouveaux cas par an. Appliquer les gestes de protection dès l'enfance permet de réduire le risque de développer un cancer de la peau à l'âge adulte.

Retrouvez d'autres infographies sur les résultats de cette étude et les conseils de prévention sur www.e-cancer.fr