



# Protection soleil

Les rayons du soleil contiennent des ultraviolets (UV) totalement invisibles à l'oeil et qui ne procurent pas de sensation de chaleur.

L'exposition prolongée et/ou intense aux rayonnements UV naturels et artificiels peut avoir des conséquences sanitaires graves, à court terme comme à long terme, qui sont directement liées à la pénétration et à l'absorption de ces rayonnements dans les structures de la peau et de l'œil :

Ces UV provoquent notamment :

- des coups de soleil
- un vieillissement cutané prématuré
- des effets sur l'oeil (cataracte, inflammation de la cornée...)
- des cancers de la peau (cf ci-dessous) et de l'oeil

## Les cancers de la peau

Les cancers de la peau sont parmi les plus fréquents des cancers avec près de 60 000 nouveaux cas par an en France, dont près de 7 500 mélanomes.

- ✎ Le carcinome se développe aux dépens des cellules superficielles de l'épiderme. Il apparaît généralement passé la cinquantaine et est facilement guérissable dans la majorité des cas. Les risques augmentant avec le nombre d'heures d'exposition, les personnes qui ont des activités professionnelles extérieures régulières sont particulièrement exposées
- ✎ Le mélanome est plus rare que le carcinome mais c'est le plus grave des cancers de la peau, du fait de son « haut potentiel métastatique », c'est-à-dire de sa capacité à se propager rapidement à d'autres parties du corps. On en a diagnostiqué plus de 11 100 nouveaux cas en France en 2012 et, cette même année, il a été responsable de 1 672 décès.

Le mélanome peut se situer n'importe où sur le corps, y compris sur le cuir chevelu. On le trouve assez fréquemment sur le tronc chez l'homme et sur les jambes chez la femme.

Il peut se manifester de deux façons :

- par l'apparition d'une petite tache pigmentée sur une peau saine (cas le plus fréquent) ;
- par la modification d'un grain de beauté préexistant.

## La détection précoce

Le mélanome, détecté tôt et à un stade peu développé peut la plupart du temps être guéri.

Il est donc important de :

- surveiller votre peau, en particulier si vous êtes sujet à risque ;
- être vigilant à tout changement d'aspect de vos grains de beauté et consulter au moindre doute ;
- en parler avec votre médecin traitant ou votre dermatologue.