



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

Liberté
Égalité
Fraternité



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Boulogne-Billancourt, le 3 mai 2023

Alors que 43 % des parents se sentent insuffisamment informés sur les risques solaires¹, l'Institut national du cancer rappelle l'importance des gestes de prévention dès l'enfance, et ce dès l'arrivée des beaux jours.



Chaque année, plus de 100 000 personnes sont touchées par un cancer de la peau². Sa forme la plus agressive, le mélanome, a vu son incidence multipliée par 5 entre 1990 et 2018 pour atteindre 15 500 nouveaux cas par an. Cette augmentation est une conséquence d'une exposition croissante aux rayons UV.

Véritable enjeu de santé publique, la prévention de l'exposition aux UV dès l'enfance et les gestes de protections associés permettent de réduire le risque de développer la maladie à l'âge adulte.

Cette protection est d'autant plus importante pendant l'enfance, période où la peau est encore immature et plus vulnérable aux effets cancérogènes des rayons UV. Parce que les coups de soleil de l'enfance font les cancers de la peau de l'adulte, il est primordial pour les parents de bien connaître les gestes de protection.

Aussi, pour les sensibiliser, l'Institut national du cancer diffuse, pendant les trois week-ends prolongés du mois de mai³, la campagne « L'ombre, c'est l'endroit le plus cool du printemps ! ».

¹ Étude menée par BVA pour l'Institut national du cancer réalisée sur Internet entre le 13 et le 18 mai 2022 auprès d'un échantillon représentatif de la population de 18 ans et plus et d'un échantillon de parents d'enfants de moins de 12 ans.

² Fiches repères « Rayonnements ultraviolets et risques de cancer », Institut national du cancer, octobre 2021

³ Week-ends du 8 mai, de l'Ascension et de la Pentecôte

Activités en extérieur : attention aux rayons UV dès le retour du soleil !

À l'arrivée du printemps et des beaux jours, les activités en extérieur et en famille sont nombreuses : promenades, jardinage, séances de sport, déjeuners en terrasse...

Et sans protection contre les rayons UV, elles peuvent représenter un danger pour la peau des plus petits. Aussi, que ce soit au printemps ou en plein été, les gestes de protection doivent s'appliquer.

En effet, jusqu'à la puberté, leur peau est plus fine et leur système pigmentaire immature, ce qui la rend plus vulnérable aux effets cancérigènes des rayons UV. Il est même recommandé de ne pas exposer les enfants de moins de 3 ans au soleil.

Bien que le danger des rayons UV au printemps peut sembler moins évident qu'en été, les risques de coups de soleil sont tout aussi présents. Et même lorsque le temps est couvert. En effet, le rayonnement UVA, contrairement au rayonnement UVB, n'est pas arrêté par temps nuageux ni par les vitres. Il pénètre jusque dans les couches profondes de la peau.

Par ailleurs, lorsque le soleil est au plus haut dans le ciel, les rayons UV sont à leur niveau le plus intense. Aussi, et en fonction des territoires, les tranches horaires varient : de 10h à 14h dans les territoires ultramarins et de 12h à 16h en métropole (+ 2h d'avance en heure d'été).⁴ Alors, déjeuner dans le jardin, c'est oui, mais à l'ombre d'un arbre !

L'information des parents sur les gestes de protection et les risques d'une exposition au soleil pour les enfants est donc essentielle. En effet, dans l'étude BVA/Institut national du cancer, 43 % des parents d'enfants de moins de 12 ans se sentent insuffisamment informés sur les risques solaires. Ils sont également 58 % à penser que l'application d'une crème solaire à indice élevé suffit à se protéger. Or celle-ci n'est qu'un complément aux gestes efficaces de protection rappelés ci-dessous.

« L'ombre, c'est l'endroit le plus cool du printemps ! » : la campagne de l'Institut national du cancer

Déclinaison de sa campagne estivale diffusée en 2022, l'Institut national du cancer sera présent dans les media durant trois week-ends prolongés du mois de mai (week-ends du 8 mai, de l'Ascension et de la Pentecôte), pour sensibiliser les parents aux risques des rayons UV même au printemps. Son message : « L'ombre, c'est l'endroit le plus cool du printemps ! » s'adresse à l'ensemble de la population, et plus particulièrement aux parents. Il vise à encourager la population à ne pas s'exposer au soleil et à rechercher l'ombre autant que possible lors des activités en extérieur.

Ce message "L'ombre, c'est l'endroit le plus cool du printemps !", met en lumière le premier geste de prévention efficace contre les risques liés aux rayonnements UV, responsables des cancers de la peau. Un geste qui n'interfère en rien avec le plaisir que les enfants et les parents ont à pratiquer une activité en plein air ! C'est un réflexe à adopter, quel que soit le lieu de loisirs.

⁴ Fiches repères « Rayonnements ultraviolets et risques de cancer », Institut national du cancer, octobre 2021

Ce message sera relayé en radio. Un affichage est déployé dans les salles d'attente de plus de 5 000 cabinets et maisons de santé sur l'ensemble du territoire et sera renforcé par des publications sur les réseaux sociaux de l'Institut. Autant d'occasions de rappeler les risques d'une exposition au soleil pendant l'enfance et les gestes à adopter pour protéger la peau des plus petits.

[Accéder aux chiffres clés "Risques solaires pendant l'enfance : perception et habitudes de protection des parents".](#)

Connaître les moyens de protection efficaces contre les rayons UV

Appliquer les gestes de protection dès l'enfance permet de réduire le risque de développer un cancer de la peau à l'âge adulte.

Se protéger efficacement passe en priorité par :

- la recherche de l'ombre ;
- la non-exposition au soleil aux heures les plus chaudes (de 10h à 14h en Outre-mer et de 12h à 16h en métropole) ;
- le port de vêtements couvrants, d'un chapeau à larges bords et de lunettes de soleil.

L'application régulière d'une crème solaire d'indice élevé, sur les zones non couvertes, est quant à elle recommandée en complément de ces modes de protection.

Par ailleurs, l'Institut rappelle qu'il n'existe aucun moyen de préparer sa peau au soleil, il est donc tout à fait inefficace de prendre des gélules ou encore de réaliser des séances d'UV artificiels en cabine. Celles-ci sont chaque année responsable de 380 cas de mélanomes.

Toutefois, ces gestes de protection ne signifient pas que le soleil est totalement à proscrire, mais qu'il est profitable seulement dans des proportions raisonnées. Ainsi, pour synthétiser la vitamine D, une exposition courte des mains, des avant-bras et du visage d'avril à septembre est suffisante :

- 5 à 10 minutes par jour pour les peaux claires ;
- 15 à 30 minutes par jour pour les peaux foncées ou noires.

+ de 80 % des cancers de la peau sont liés à des expositions excessives au soleil.

CIRC 2018



Message de l'affiche :

L'ombre c'est l'endroit le plus cool du printemps. Les coups de soleil de l'enfance font les cancers de la peau des adultes. Alors, quelle que soit la saison, pour se protéger des UV, adoptons les bons gestes.

Retrouvez-les en scannant ce QR code.

Pour éviter les cancers de demain, c'est aujourd'hui qu'il faut agir.



Retrouvez l'ensemble des informations sur la prévention des risques solaires

- Accédez à l'infographie « [Cancers de la peau : s'informer sur les risques et se protéger](#) »
- [Écoutez le spot radio](#)
- [Accédez au dossier d'information](#)
- [Téléchargez la fiche repère](#)

À propos de l'Institut national du cancer

Agence d'expertise sanitaire et scientifique publique, l'Institut national du cancer a été créé par la loi de santé publique du 9 août 2004. Il conduit l'élan national pour réduire le nombre de cancers et leur impact dans notre pays. Pour cela, l'Institut fédère et coordonne les acteurs de la lutte contre les cancers dans les domaines de la prévention, des dépistages, des soins, de la recherche et de l'innovation. Porteur d'une vision intégrée des dimensions sanitaire, médicale, scientifique, sociale et économique liées aux pathologies cancéreuses, il met son action au service de l'ensemble des concitoyens : patients, proches, aidants, usagers du système de santé, population générale, professionnels de santé, chercheurs et décideurs. L'Institut assure la mise en œuvre de la stratégie décennale de lutte contre les cancers 2021-2030.

www.e-cancer.fr [twitter](#)

CONTACT PRESSE

Responsable des relations media
Lydia Dauzet
presseinca@institutcancer.fr
01 41 10 14 44//06 20 72 11 25