

## Semaine de la Protection Solaire du 19 au 27 juin 2021

### Le soleil : savoir s'en protéger pour garder une peau en bonne santé

Paris, le 16 juin 2021 – En ce début de saison estivale, tandis que la France se déconfiner peu à peu, la Ligue contre le cancer rappelle que le soleil peut entraîner de graves dommages sur la santé de ceux qui en abusent : chaque année, plus de 80 000 cancers de la peau sont diagnostiqués. 80% d'entre eux sont liés à des expositions excessives au soleil, principalement pendant l'enfance. Le mélanome cutané représentait 15 500 nouveaux cas et 1 980 décès en 2018. Des chiffres qui ont triplé en 20 ans !<sup>1</sup>

#### Mieux comprendre pour mieux se protéger

Les agressions par les rayons ultraviolets (UV) engendrent des altérations des cellules de la peau qui disposent de mécanismes leur permettant de réparer les dommages subis. Mais cette capacité naturelle de réparation n'est pas inépuisable et, lorsque les cellules endommagées ne sont plus réparées correctement, des mutations peuvent se produire et entraîner la transformation cancéreuse de la cellule. Les coups de soleil importants, notamment durant l'enfance, favorisent la survenue des mélanomes et des carcinomes basocellulaires. **La majorité des cancers de la peau sont évitables : protégez-vous et protégez surtout les plus jeunes !**

Il est possible de détecter des cancers de la peau dès leur apparition, en se faisant examiner régulièrement par un dermatologue :

- si vous présentez de nombreux grains de beauté,
- s'ils changent d'aspect et vous semblent avoir une coloration non homogène, être plus larges et plus irréguliers que d'habitude,
- si vous avez des antécédents familiaux de cancers de la peau.

#### La sensibilisation du jeune public au cœur de la mobilisation de la Ligue

##### Lig'up : un site d'éducation à la santé à l'attention des enfants et adolescents

Sur son site dédié à l'éducation à la santé, La Ligue met à disposition de nombreuses ressources pour aborder la prévention des risques solaires avec les enfants et adolescents : jeux interactifs, bandes dessinées, vidéos, magazines... Les enseignants peuvent également se procurer un dossier pédagogique sur la plateforme « Communauté éducative ».

##### Un défi collectif de création artistique

Au cours de l'année scolaire 2020-2021, malgré la crise sanitaire, 9 500 élèves ont participé au défi collectif de création artistique à l'école intitulé « Cache-cache soleil », organisé par 33 Comités départementaux de la Ligue contre le cancer.

Ce défi éducatif a permis d'accompagner les élèves dans la découverte et la compréhension du soleil, son fonctionnement, ses bénéfices mais aussi ses dangers, afin de leur apporter les connaissances nécessaires pour adopter un comportement responsable et adapté face au soleil, dans toutes les situations de la vie.

---

<sup>1</sup> CIRC 2018



### **EXPOSEZ-VOUS DE MANIÈRE RAISONNABLE**

Évitez le soleil entre 12h et 16h  
Préférez l'ombre (arbre, parasol,  
voile d'ombrage)  
Exposez-  
vous progressivement, en limitant  
la durée



### **RENOUVELEZ SOUVENT**

La crème solaire à appliquer 20  
min avant une exposition et à  
renouveler toutes les 2 heures, et  
après chaque baignade



### **PEAUX JEUNES = PEAUX FRAGILES**

Limitez au  
maximum l'exposition des  
enfants.  
Ne pas exposer les bébés au  
soleil



### **COUVREZ-VOUS**

Portez des vêtements avec un tissage  
serré ou traités anti-UV  
Un chapeau à larges bords  
Des lunettes de soleil (norme CE 3 en  
général, et 4 en haute montagne)



### **LES UV ARTIFICIELS SONT DANGEREUX POUR LA PEAU**

Avant 18 ans, leur usage est interdit

#### A PROPOS DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER

1<sup>er</sup> financeur associatif indépendant de la recherche contre le cancer, la Ligue contre le cancer est une organisation non-gouvernementale indépendante reposant sur la générosité du public et sur l'engagement de ses militants. Forte de près de 600 000 adhérents et 11 200 bénévoles, la Ligue est un mouvement populaire organisé en une fédération de 103 Comités départementaux. Ensemble, ils luttent dans quatre directions complémentaires : chercher pour guérir, prévenir pour protéger, accompagner pour aider, mobiliser pour agir. Aujourd'hui, la Ligue, fait de la lutte contre le cancer un enjeu sociétal rassemblant le plus grand nombre possible d'acteurs sanitaires mais aussi économiques, sociaux ou politiques sur tous les territoires. En brisant les tabous et les peurs, la Ligue contribue au changement de l'image du cancer et de ceux qui en sont atteints. Pour en savoir plus : [www.ligue-cancer.net](http://www.ligue-cancer.net)

#### **CONTACT PRESSE :**

Aelya NOIRET |  
06 52 03 13 47 | [noiret.aelya@gmail.com](mailto:noiret.aelya@gmail.com)