

[Detail Actualité](#)

24 avril 2014 - 10 : 57

04/06/2012

« J'aime le soleil, je protège ma peau », une nouvelle campagne de prévention solaire à Brest

Solidarité / Proximité

Le Finistère compte trois fois plus de cancers cutanés qu'ailleurs en France. En effet, la mer et le vent en font un lieu exposé aux ultraviolets. La température clémente de la région et la présence de nuages n'incitent pas les Bretons à se protéger comme il le faudrait.

Si le soleil participe au bien-être et à la santé (vitamine D), la surexposition aux rayons ultraviolets est nocive. C'est le principal facteur favorisant le mélanome, notamment pendant les premières années de la vie. L'incidence du mélanome croît depuis plusieurs décennies : en France, on dénombre de 5 000 à 6 000 nouveaux cas par an. Cette moyenne est plus élevée dans l'Ouest avec 11,4 nouveaux cas par an sur 100 000 habitants (trois fois plus que dans le Sud-Est) et sur le territoire de Brest métropole océane, elle atteint 17,6 nouveaux cas par an pour 100 000 habitants.

Plusieurs explications à cela : la proximité de la mer où la réverbération est importante, les nuages fréquents, le vent et des températures peu élevées qui font oublier les dangers du soleil pourtant bien présents, mais aussi la peau des Bretons plutôt claire et peu adaptée au soleil.

Les dermatologues, les cancérologues, les spécialistes de santé publique sont formels : « les surexpositions solaires de l'enfance font le lit du mélanome à l'âge adulte ». C'est pendant l'enfance que les expositions solaires présentent le plus de risques pour la santé, c'est aussi pendant cette période cruciale pour le développement des individus que doivent se prendre les bonnes habitudes.

Depuis 10 ans, la Ville de Brest et ses partenaires mènent une campagne de prévention solaire « J'aime le soleil, je protège ma peau ». Cette campagne associe des messages en direction des enfants et leurs familles sur différents temps et lieux : écoles maternelles, Vendredis du sport, crèches, haltes garderies... Différents supports et outils de prévention aux risques solaires seront distribués à l'occasion de cette campagne notamment : bobs, casquettes, tee-shirts, lunettes, plaquettes d'information, et autres supports ludiques pour les enfants...

Les messages de prévention délivrés sont :

- Porter un chapeau ou une casquette, des lunettes de soleil et un tee-shirt de couleur sombre pour ne

pas laisser passer les UV,

- Ne pas s'exposer entre 12 h et 16 h même avec une crème solaire : c'est à ces heures que le rayonnement est le plus intense,
- L'exposition solaire doit être proscrite pour les bébés et jeunes enfants,
- S'hydrater régulièrement en buvant de l'eau qui est la seule boisson indispensable à la santé de notre corps,
- Pour les parties du corps non protégées, utiliser une crème solaire adaptée au type de peau : les écrans dits « totaux » assurent la meilleure protection vis-à-vis des UVB et UVA,
- Manger des fruits et des légumes de saison (riches en facteurs protecteurs pour la peau),
- Rester vigilant même par temps nuageux et ne pas oublier que le vent fait oublier la sensation de chaleur.

En savoir +

Pôle de Santé publique de la Ville de Brest (46 rue Alexandre Ribot à Brest, tél 02 98 00 88 80)