

Griller au soleil, c'est 80 000 cancers de la peau et 2 000 décès par an.

ON N'EST PAS DES SAUCISSES.



Été comme hiver, sous le soleil ou les nuages, on se protège.



1 sur 100

Aujourd'hui, le risque de développer un cancer cutané est de 1/100.



LA LIGUE
CONTRE
LE CANCER
CANTAL

Chaque année, entre 141 200 et **243 500 cas de cancers de la peau** sont diagnostiqués en France*.

On prend plus de vacances, on part vers des destinations plus ensoleillées, les sports de plein air sont de plus en plus nombreux, le bronzage est à la mode :

Nos comportements favorisent une surexposition aux rayonnements UV.

*selon Santé Publique France

La crème solaire ne suffit pas à protéger votre peau du soleil

Les meilleures protections contre les méfaits du soleil sont **l'ombre et les vêtements**. La crème solaire doit être appliquée en **complément des autres gestes de prévention solaire**.



Le cancer de la peau, c'est quoi ?

Le cancer de la peau se forme lorsque certaines cellules de la peau se multiplient de manière **anormale et incontrôlée**.

En France, on compte **80 000** nouveaux cas de cancers de la peau chaque année.

Il existe plusieurs types de cancers cutanés : les carcinomes et les mélanomes.

- **Le carcinome** est le plus fréquent. Il se développe sur les zones de la peau exposées au soleil (visage, mains, cou). Il est souvent **moins agressif**, mais doit être pris en charge rapidement.
- **Le mélanome** est plus rare mais aussi **plus dangereux**. Il apparaît souvent à partir d'un grain de beauté qui change d'aspect ou d'une nouvelle tâche pigmentée sur la peau.

Les rayons ultraviolets (UV) sont la principale cause des cancers de la peau. Ils proviennent du soleil, mais aussi des cabines de bronzage.

Les UV pénètrent la peau et **endommagent les cellules**. À long terme, ces lésions peuvent provoquer des mutations responsables de cancers.

Même sans coup de soleil, **une exposition régulière suffit à fragiliser la peau**. Se protéger est donc essentiel, même quand le soleil ne tape pas fort.



Quelles sont les recommandations pour limiter les risques de cancer de la peau ?

- **Faire un usage raisonnable du soleil**, en évitant de s'exposer entre 12h et 16h.
- Utiliser des **crèmes à indice de protection solaire 50+**, en renouvelant les applications toutes les 2h.
- La **protection de la peau des enfants** est fondamentale.
- Porter des vêtements couvrants **et un chapeau** à bords larges.
- Ne pas oublier le **port de lunettes de soleil** (il existe des mélanomes de l'œil).