ligue contre le cancer

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Contact Nicole Bulliard, chargée de communication, nicole.bulliard@liguecancer.ch
Ligne directe 031 389 91 57
Date Berne, le 10 avril 2017

Attention au soleil de printemps !

Au printemps, notre peau réagit de manière particulièrement sensible aux rayons UVA et UVB intenses émis par le soleil. Même lorsque le temps est couvert, près de 80 % du rayonnement solaire atteint encore la surface de la terre. La Ligue contre le cancer indique quelques comportements personnels à adopter pour réduire au maximum les risques de contracter un cancer de la peau.

La lumière du soleil a des répercussions positives sur notre bien-être, active le métabolisme et libère des endorphines. Attention cependant à ne pas sous-estimer la force du soleil de printemps. A la sortie de l'hiver, notre peau est particulièrement sensible. Même pendant les journées les plus fraîches, lorsque le ciel est couvert, 80% des rayons nocifs du soleil réussissent encore à percer les nuages pour parvenir jusqu'à nous. Cela rend l'invisible soleil de printemps particulièrement dangereux – même lorsque la couverture nuageuse est importante – et augmente les risques de développer un cancer de la peau.

Les lésions cutanées provoquées par les rayons UV sont la première cause à l'origine des cancers de la peau. Chaque année, près de 2500 personnes en Suisse se voient diagnostiquer un mélanome; parmi elles, 310 décèderont. Si le cancer est dépisté suffisamment tôt, les chances de traitement et de guérison sont sensiblement plus élevées. Mais pour éviter d'aller jusque-là, la Ligue contre le cancer s'est fixé pour mission d'informer la population : en adoptant les comportements adéquats, chacun et chacune d'entre nous peut réduire le risque de contracter le cancer de la peau.

La Ligue contre le cancer émet des informations, conseils et recommandations :

- **Porter un chapeau, des lunettes de soleil et des vêtements couvrants.**
  Les vêtements qui couvrent les épaules offrent une bonne protection et sont particulièrement recommandés pour pratiquer des activités de plein air de longue durée comme le jardinage, le cyclisme ou la randonnée par exemple.

- **Se mettre régulièrement à l'ombre est la meilleure protection solaire.**
  Surtout entre 11h et 15h, lorsque l'intensité du soleil est la plus forte.

ligue contre le cancer

- **Utiliser de la crème solaire.**
  Se mettre à l'ombre, porter des vêtements couvrants et surtout : ne pas oublier de protéger les zones encore exposées de la peau en les enduisant abondamment de crème. Attention : la crème solaire ne donne pas carte blanche pour s'exposer sans limite au soleil !

Matériel d'information
Les brochures « Protection solaire », « Protection solaire – L'essentiel en bref » et « Comment protéger mon enfant du soleil » ainsi que les feuilles d'information correspondantes peuvent être commandées ou téléchargées gratuitement depuis le site www.liguecancer.ch/protectionsolaire.

La Ligue contre le cancer vous apporte conseils et soutien Près de chez vous, partout en Suisse, les ligues cantonales et régionales proposent aux personnes atteintes d'un cancer et à leurs proches conseils et soutien individuels : www.liguecancer.ch/region	**Les spécialistes de la Ligne InfoCancer sont à votre disposition** Téléphone 0800 11 88 11 Courriel helpline@liguecancer.ch Chat www.liguecancer.ch/cancerline Forum www.forumcancer.ch Skype krebstelefon.ch

*La **Ligue suisse contre le cancer** (fondée en 1910) est une organisation à but non lucratif oeuvrant dans la prévention du cancer, la promotion de la recherche et le soutien des personnes atteintes de cancer et de leurs proches. En tant qu'organisation faîtière nationale sise à Berne, elle rassemble 19 ligues cantonales et régionales. Certifiée ZEWO, elle est principalement financée par des dons.*