



## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Contact Luca Toneatti, chargé de communication, [media@liguecancer.ch](mailto:media@liguecancer.ch)  
Ligne directe 031 389 91 19  
Date Berne, le 18 juin 2019

### **Les vacances, la période des coups de soleil ? Non merci !**

**L'été est enfin là et beaucoup de Suisses en profitent pour se rendre à la mer. Nombreux sont pourtant les vacanciers à ignorer que le rayonnement UV est plus intense dans les régions du Sud que sur le Plateau suisse. Ainsi, le risque de coups de soleil, et donc de cancer de la peau, augmente.**

Le rayonnement UV est plus intense dans les pays du Sud et en montagne que sur le Plateau suisse. Il dépend aussi de la saison et atteint son paroxysme entre mai et août. De plus, certaines surfaces telles que l'eau reflètent les rayons et les rendent encore plus puissants. Les rayons UVA et UVB peuvent endommager le matériel génétique (ADN) de nos cellules et entraîner un cancer de la peau ; le mélanome est particulièrement dangereux. En Suisse, on dénombre quelque 2700 nouveaux cas de mélanome chaque année et 330 décès. Il est par conséquent primordial de recourir à une protection solaire au bord de l'eau.

#### **Imitez les locaux, faites la sieste**

La sieste est une habitude bien ancrée dans les pays du Sud. Tâchez d'imiter la population locale et faites une pause à l'ombre entre 11 heures et 15 heures, car c'est durant cette phase de la journée que presque deux tiers du rayonnement UV quotidien atteint la surface de la terre. En cas d'excursion pendant la chaleur de midi, il est essentiel de se protéger avec des textiles, un chapeau, des lunettes de soleil et de la crème solaire.

#### **Informations de la Ligue contre le cancer sur la protection solaire**

Pour que les vacances d'été ne soient pas synonymes de coups de soleil, la Ligue contre le cancer propose diverses brochures et fiches d'information sur la protection solaire et le cancer de la peau. Elles peuvent être téléchargées ou commandées gratuitement sur [www.liguecancer.ch/protectionsolaire](http://www.liguecancer.ch/protectionsolaire).