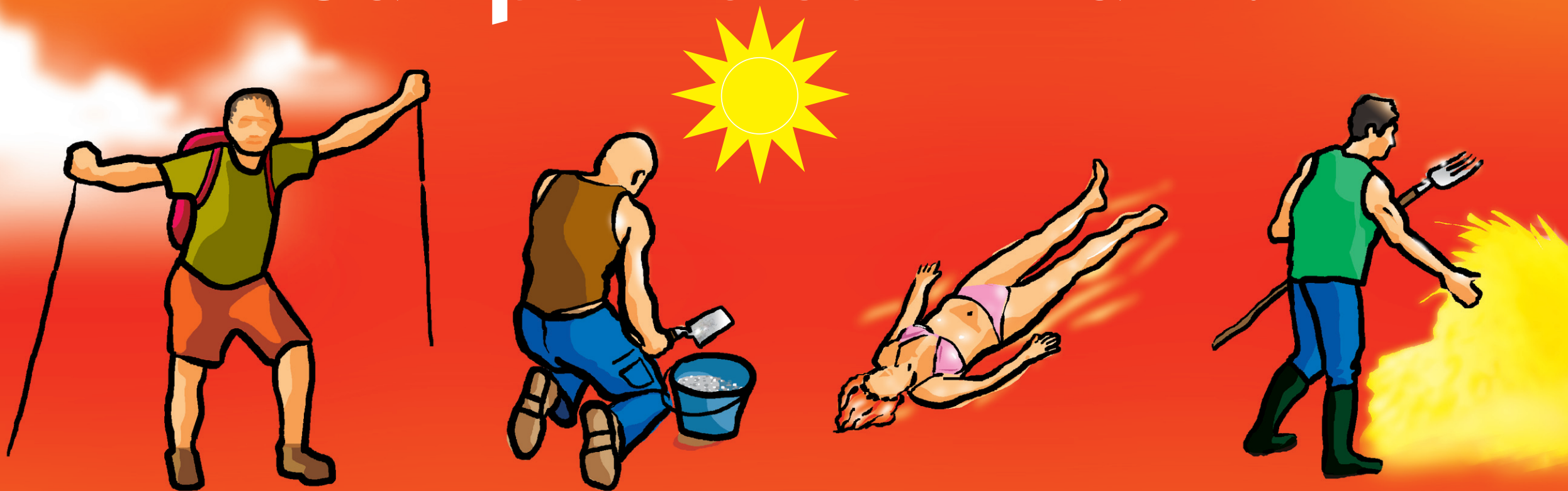


# Leur point commun ?



## Le risque de développer un cancer de la peau au travail et pendant les loisirs.

Les cancers de la peau sont de plus en plus fréquents et progressent considérablement, y compris dans notre région, à tel point qu'ils risquent de devenir une des premières causes de mortalité par cancer chez les moins de 40 ans dans les prochaines années.

Aujourd'hui, si rien ne change, un enfant né cette année a un risque sur quatre de développer un cancer de la peau à l'âge adulte.

Il n'y a cependant pas de fatalité à cette situation.

Un moyen efficace, sûr et économique existe pour faire échec à ces prévisions : notre comportement au soleil.

L'ASFODER (Association des Dermatologues de Franche-Comté), en partenariat avec des entreprises, publiques et privées, des organismes de santé et le soutien de médias régionaux, souhaite contribuer efficacement à cette sensibilisation.

En 2007, les entreprises privées et publiques de Franche-Comté protègent leurs salariés.

## LES 11 COMMANDEMENTS SOLAIRES

- 1 : **Eviter les expositions au soleil de 11 Heures à 16 Heures (Hiver comme été).**  
Même en dehors de ces heures, il faut continuer à se protéger efficacement.
- 2 : **Il n'existe pas de crèmes solaires "écran total", et leur efficacité est de plus en plus contestée.**  
Les produits spécifiques pour les enfants, même s'ils sont utiles, ne doivent pas contribuer à augmenter la durée d'exposition au soleil.
- 3 : **La meilleure et plus sûre protection est vestimentaire : chapeau, lunettes solaires et vêtements foncés sont particulièrement adaptés.**
- 4 : **Au travail, comme en activités de loisirs, le fait de bouger ne protège pas et ne réduit pas les risques.**
- 5 : **Les nuages ne sont pas une protection, ils n'arrêtent pas les ultraviolets dangereux.**
- 6 : **En haute montagne, comme en moyenne montagne, les rayons UVB et le danger augmentent avec l'altitude.**
- 7 : **La glace, la neige, le sable et l'eau sont de véritables miroirs, la réverbération provoque des coups de soleil.**
- 8 : **Ne jamais appliquer de parfum sur la peau et éviter les médicaments photosensibilisants.**
- 9 : **Ne jamais exposer au soleil un bébé ou un enfant.**
- 10 : **Consulter un médecin pour toute lésion, bouton, tache ou grain de beauté qui se modifie, grossit, change de couleur.**
- 11 : **C'est d'abord à nous, que nous soyons parents, grands-parents ou simplement adultes, de montrer l'exemple en suivant ces conseils et en les faisant connaître autour de nous.**

### La solaire attitude en Franche-Comté