

Les Français sous-estiment les risques de l'exposition au soleil

Les Français connaissent partiellement les risques du soleil pour la peau, mais méconnaissent les risques pour les yeux. Les mesures de protection ne sont pas utilisées de manière optimale. Tel est le constat qui ressort d'une étude menée par l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES) et qui a permis d'orienter la nouvelle campagne de prévention lancée cet été.

Bienfaits et risques liés au rayonnement ultraviolet

Le soleil joue un rôle important dans notre vie et participe à notre bien-être physique et moral. Cependant, l'excès de soleil, de par son rayonnement ultraviolet (UV), est dangereux pour la peau et les yeux. Il favorise l'apparition de cancers de la peau, dont l'incidence est en augmentation constante en France. Celle des mélanomes – liés en grande partie à des expositions solaires intenses et répétées pendant l'enfance – a été estimée à 7 231 nouveaux cas en 2000, dont 42% chez les hommes et 58% chez les femmes. Entre 1980 et 2000, ce chiffre a été multiplié par quatre chez les hommes et par trois chez les femmes. Les mélanomes ont été responsables de 704 décès masculins et 660 décès féminins en 2000, soit une multiplication par deux de la mortalité en vingt ans¹.

L'incidence des autres cancers cutanés, liés à l'exposition au soleil cumulée au cours de la vie et moins graves en termes de mortalité, a été estimée supérieure à 50 000 nouveaux cas en 2000². Le rayonnement UV joue également un rôle dans l'apparition de cataractes, pour lesquelles 450 000 opérations ont été réalisées en France en 2001³, et dans la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA), aujourd'hui, la première cause de cécité en France, touchant environ un million de personnes de plus de 50 ans (12 % des personnes de 65 à 75 ans)⁴.

Enquête et campagne d'information

En janvier 2004, l'INPES et BVA ont mené une enquête par téléphone⁵ afin

d'explorer les comportements, attitudes, connaissances et opinions des Français dans le domaine des risques liés aux rayonnements ultraviolets. À partir des résultats de cette enquête, l'INPES a élaboré, en lien avec un groupe d'experts, des dépliants d'information exposant les risques liés aux UV et donnant des conseils pratiques pour se protéger du soleil à tout âge⁶.

Résultats de l'enquête INPES/BVA

Un goût certain pour le bronzage

Si 55% des personnes interrogées dans l'enquête INPES/BVA, hommes ou femmes, disent aimer être bronzés, ce chiffre varie de manière importante avec l'âge : les jeunes de 15 à 24 ans sont 79% à aimer être bronzés, alors que les plus de 65 ans ne sont que 38%. Les comportements d'exposition solaire déclarée sont conformes avec ces résultats.

Une connaissance partielle des risques

D'après l'enquête, les Français connaissent les risques des rayons solaires pour la peau : 91% d'entre eux citent spontanément les cancers de la peau, 39% les brûlures et coups de soleil et 30% le vieillissement de la peau. Toutefois, ces connaissances sont imparfaites et contradictoires : 52% seulement du grand public sait que c'est durant la petite enfance que les rayons du soleil sont les plus nuisibles pour la peau ; et même si 90% du grand public est d'accord avec l'affirmation que les coups de soleil de l'enfance sont un facteur de risque de cancer de la peau à l'âge adulte, 44% des personnes inter-

rogées se contredisent en affirmant que les coups de soleil de l'enfance sont sans gravité s'ils sont bien soignés et 22% en estimant que les coups de soleil de l'enfance préparent la peau en la rendant moins vulnérable. Les risques pour les yeux sont très peu connus : 6% des personnes évoquent le risque de « s'abîmer les yeux à long terme », 2% celui de cataracte et 2% celui de « se faire mal aux yeux sur le moment ». Une connaissance incomplète des moments auxquels le rayonnement UV est le plus fort.

C'est au cours des quatre mois (mai à août) encadrant le solstice d'été (le 21 juin) que le rayonnement UV est le plus fort, or les Français citent majoritairement les mois de juillet et d'août. Ils déclarent d'ailleurs se protéger moins bien du soleil durant les week-ends des mois de mai et juin.

C'est au cours des 4 heures (12 à 16 heures) encadrant le midi solaire (14 heures en France métropolitaine) que le rayonnement UV est le plus fort, or seule la moitié des Français connaît la dangerosité de la tranche horaire 15-16 heures.

Une utilisation disparate des méthodes de protection

Lors d'une journée ensoleillée d'été, les méthodes de protection citées⁷ comme utilisées systématiquement sont l'évitement des heures les plus ensoleillées (58% du grand public), le port d'un vêtement couvrant (52%), de lunettes de soleil (51%), d'un couvre-chef (28%) et l'application de crème solaire (34%).

Risques liés aux rayons solaires cités spontanément par les personnes interrogées

(en pourcentage des personnes interrogées, âgées de 15 ans et plus)

Cancers de la peau	91 %
Risques de brûlure avec les coups de soleil	39 %
Vieillesse ou dégénérescence de la peau	30 %
S'abimer les yeux à long terme	6 %
Insolation – Coup de chaleur	4 %
Taches (brunes) – Boutons – Réactions épidermiques, allergiques – Dépigmentation	3 %
Augmenter le risque de cataracte	2 %
Déshydratation – Manque d'eau	2 %
Se faire mal aux yeux sur le moment	2 %
Autres	6 %
(nsp)	2 %

■ Risques cutanés ■ Risques oculaires ■ Autres

Les parents et grands-parents d'enfants de moins de 6 ans déclarent utiliser un peu plus ces mesures (pour eux-mêmes) que ne le fait le grand public, et déclarent les utiliser presque toujours pour leurs enfants et petits-enfants (plus de 80 % en ce qui concerne l'évitement des heures les plus ensoleillées, le port d'un chapeau et d'un vêtement couvrant et l'application de crème solaire). Chapeaux et casquettes, très utilisés pour les petits enfants (91 %), le sont peu par les adultes (28 %).

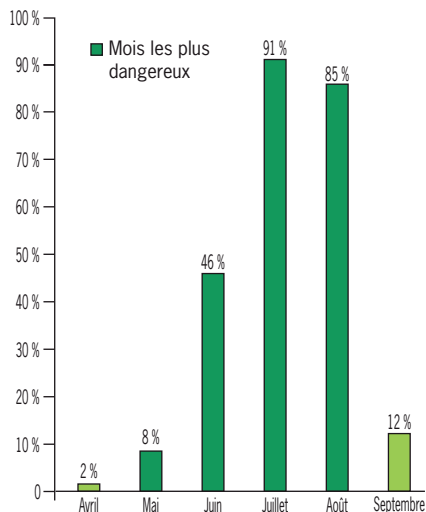
En revanche, si 53 % des parents et grands-parents disent porter des lunettes de soleil, ils ne sont que 39 % à en

faire porter aux enfants. Les critères de choix à l'achat des lunettes sont le plus souvent la qualité des verres (73 %), l'aspect esthétique (52 %), moins souvent le prix (35 %) et rarement le caractère couvrant de la monture (18 %), qui est pourtant un facteur de protection important.

Les personnes interrogées disent rester exposées plus longtemps au soleil lorsqu'elles ont mis de la crème solaire. Or, les experts s'accordent sur le fait que la crème complète les autres mesures de protection, mais qu'elle ne doit en aucun cas amener à un allongement de la durée d'exposition⁸.

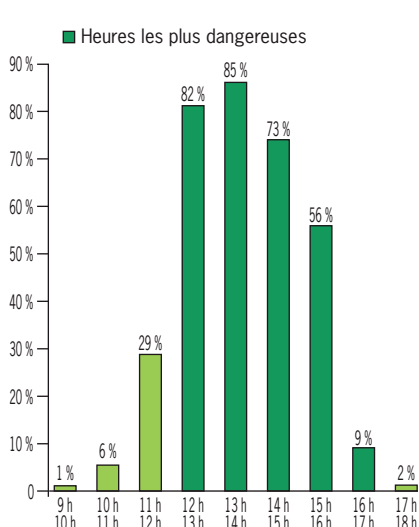
Mois cités comme ceux durant lesquels le rayonnement solaire est le plus fort

(en pourcentage des personnes interrogées, âgées de 15 ans et plus)



Heures d'exposition au soleil citées par les Français comme les plus dangereuses en été

(en pourcentage des personnes interrogées, âgées de 15 ans et plus)



Pour l'avenir

Une faible majorité des personnes interrogées (54 %) déclare utiliser plus de mesures de protection solaire ces dernières années qu'auparavant ; ce taux apparaît toutefois corrélé au niveau de diplôme et à la perception du degré d'information qu'ont les personnes interrogées.

Pour permettre aux Français, enfants et adultes, d'améliorer leurs connaissances et leurs comportements vis-à-vis du risque solaire, il serait important de mettre en œuvre des actions de prévention de proximité. Il serait également pertinent de porter une attention particulière aux aspects environnementaux permettant réellement aux personnes de se protéger, tels que l'aménagement de zones ombragées dans les écoles et les lieux publics.

Cécile Fournier

Médecin conseiller technique,

Julie Bottéro

Interne de santé publique, INPES.

1. Chéribé-Challine L., Halna JM., Remontet L. Situation épidémiologique du mélanome cutané en France et impact en termes de prévention. BEH 2004 ; (2) 5-8.
 2. Estimation donnée par le Pr H. Sancho-Garnier au cours de la « Journée Soleil 2000 » organisée par le Secrétariat à la Santé et aux Handicapés.
 3. Estimation du Syndicat national des ophtalmologistes de France (Snof) dans un communiqué daté du 2 avril 2004.
 4. Estimation du Snof en janvier 2003.
 5. Auprès d'un échantillon de 1 002 personnes, représentatives de la population française âgée de 15 ans et plus, et auprès d'un sur-échantillon de 844 parents et grands-parents d'enfants âgés de moins de 6 ans.
 6. 2,8 millions de dépliants et 120 000 affichettes (rapportant les principaux conseils pour les enfants) ont été diffusés à partir du mois de juin 2004 dans les Comités régionaux d'éducation pour la santé, les Caisse primaires d'assurance maladie, les Directions régionales et départementales des affaires sanitaires et auprès de la Ligue contre le cancer, la mairie de Paris, la Croix-Rouge, le Club Méd., etc. Des exemplaires ont également été adressés aux médecins généralistes, dermatologues, pédiatres, pharmaciens, opticiens et esthéticiennes.
 7. Ces données doivent être considérées avec précaution du fait des biais probables de déclaration et de mémorisation.
 8. De plus, la crème doit avoir un indice élevé, facteur de protection solaire 25 (FPS) au minimum, et doit être appliquée fréquemment et en quantité importante.