

Date : 11/04/12

Lutter contre le mélanome grâce à la crème solaire

par Gaëlle Monfort

Chaque année, environ 7 000 nouveaux mélanomes sont diagnostiqués en France. Dans 80 % des cas, la lésion peut être retirée puisque prise en charge à un stade précoce.

Le mélanome est l'autre nom du cancer de la peau. Il touche souvent les adultes jeunes, dès 30 ans, et peut être mortel lorsqu'il est diagnostiqué tardivement (au stade métastatique et non opérable). La recherche avance et les traitements sont de plus en plus efficaces, mais la meilleure stratégie à adopter pour l'éviter reste la prévention.

Car le principal facteur de risque du mélanome est l'exposition répétée au soleil, notamment pendant l'enfance. Il est donc indispensable d'éviter ces longues expositions et surtout de se protéger avant de s'exposer.

Pour se protéger efficacement des effets néfastes du soleil, il faut utiliser une crème solaire à indice fort (50 pour les peaux blanches, 30 pour les peaux mates). Il faut également éviter les heures d'ensoleillement intense (12 à 16h), boire abondamment, faire porter systématiquement un t-shirt, un chapeau et des lunettes de soleil aux enfants (plus vulnérables avec une peau immature), se protéger même lorsque le ciel est couvert, ainsi que lors des séjours en altitude.

Il est également utile de consulter régulièrement son dermatologue pour s'assurer que tout va bien mais aussi dès qu'une modification de taille, de forme ou d'aspect d'un grain de beauté apparaît. Plus la prise en charge est précoce et plus efficace sera le traitement.

Cette année encore la marque **SoleilBiafine** s'engage aux côtés de l'association Vaincre le mélanome pour lutter contre cette maladie grave. A chaque produit de la marque acheté entre juin et juillet, l'association recevra 50 centimes.

Évaluation du site

Ce site s'adresse aux femmes. Il leur propose des articles concernant la mode, la culture, les loisirs et la santé.

Cible
Grand Public

Dynamisme* : 2
* pages nouvelles en moyenne sur une semaine