

# Grille 9 – Prévention solaire

Révision 2014

## 1. Objectifs de santé

- Diminuer l'incidence des insulations chez l'enfant
- Diminuer l'incidence des brûlures chez l'enfant, qui favorisent les cancers de la peau à l'âge adulte
- [Diminuer les risques de lésions oculaires](#)
- [Diminuer les risques liés à la canicule](#)

## 2. Objectif intermédiaire

Informers et encourager les parents à protéger leurs enfants des rayons solaires afin d'éviter les coups de soleil, les insulations, [les risques de lésions oculaires](#) et les risques de cancer de la peau à l'âge adulte  
[Informers les parents des risques respiratoires et de déshydratation en cas de canicule](#)

## 3. Contexte de l'intervention des IPE-VD

<b>Offre</b>	Pour tous systématique (A)	
	Pour tous selon demande / contexte (B)	✓
	Pour certains selon contexte (C)	
<b>Cadre de l'interaction</b>	Individuelle – par téléphone	X
	Individuelle – à domicile	X
	Individuelle – en consultation	XX
	Groupe – discussions	XXX
	Groupe – conférences	X
	Communautaire – quartier, commune	X
	Communautaire – lieux de vie de l'enfant	X
<b>Période de vie de l'enfant</b>	<1 mois	✓
	1-4 mois	✓
	5-9 mois	✓
	10-18 mois	✓
	19-24 mois	✓
	2-4 ans	✓
<b>Fréquence minimale</b>		
<b>Moyens – support</b>	Brochures	Top l'imprudente Mon enfant au soleil <a href="#">OFSP, protection solaire pour les bébés, petits enfants et enfants</a> LVCC Protection solaire <a href="#">Canicule, protégeons nos enfants</a>
	Livres/sites internet	Site internet météo Suisse <a href="#">Site internet ligue suisse contre le cancer</a>
<b>Lien avec le réseau PE</b>	Pédiatres – ligue vaudoise contre le cancer (LVCC) – <a href="#">CMS (canicule)</a> ...	+

#### 4. Contenu de l'intervention des IPE-VD

<p><b>Messages clé</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas d'exposition solaire directe avant un an</li> <li>• Dès un an : peu d'exposition directe et rester à l'ombre de 11h à 15h</li> <li>• <b>Lors d'exposition</b> : protéger les enfants avec des vêtements appropriés, penser à protéger les yeux particulièrement sensibles aux UV, les lèvres, les oreilles, le nez et le dessus des pieds</li> <li>• Mettre de la crème solaire pour enfant avec un indice de protection d'au moins 20, idéalement de 30</li> <li>• Bien hydrater l'enfant</li> <li>• <b>Canicule</b> : protéger les enfants de la chaleur, les rafraîchir, être plus spécialement attentif aux enfants malades (diarrhées, maladies chroniques)</li> <li>• Ne jamais laisser un enfant seul dans une voiture</li> </ul>
<p><b>Contenu</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La peau de l'enfant est fine et très sensible aux rayons UV en raison d'une production de mélanine moindre</li> <li>• Les doses (heures et intensité) d'exposition au soleil s'accumulent dès l'enfance ('capital soleil'), accélèrent le vieillissement de la peau et augmentent le risque de cancers de la peau</li> <li>• Les messages doivent être individualisés selon les divers types de peau</li> <li>• Transmettre les messages de prévention solaire en diverses situations, l'intensité UV peut changer en fonction de la saison, de l'altitude (montagne), de la latitude et des conditions météorologiques. Même à l'ombre une réverbération est possible. Par temps couvert, les UV traversent en partie les nuages</li> <li>• A tout âge, protéger les enfants avec des vêtements appropriés : chapeau à large bord, habits amples, longs, foncés en tissu serré ou textile anti-UV, lunettes de soleil avec protection UV 100% certifiées CE et couvrant bien les yeux</li> <li>• Les vêtements mouillés perdent jusqu'à la moitié de leur effet protecteur</li> <li>• En cas d'exposition indirecte* avant 1 an, protéger les parties du corps non couvertes par les vêtements avec de la crème solaire pour bébé</li> <li>• Utiliser une crème solaire adaptée à l'âge de l'enfant, tester la tolérance par exemple à l'intérieur du bras</li> <li>• Lors d'utilisation d'une crème solaire (crème minérale sans filtres chimiques indice de protection minimum 20, idéalement 30), appliquer généreusement le produit 20 à 30 minutes avant de sortir. Renouveler l'application toutes les deux heures ou après chaque bain</li> <li>• Les crèmes solaires sont souvent mal utilisées : quantité insuffisante, renouvellement de l'application pas assez fréquent, mauvaises conditions de stockage. Refermer l'emballage après chaque utilisation, ne pas l'exposer à de trop fortes chaleurs et respecter la période d'utilisation après ouverture. Ne pas dépasser la date de péremption</li> <li>• L'apport en vitamine D durant la première année de vie permet d'éviter le risque de carence qui pourrait être induit par l'absence d'exposition solaire directe avant un an</li> <li>• Les risques de déshydratation et d'hyperthermie sont beaucoup plus importants chez le petit enfant</li> <li>• Les canicules et les pics d'ozone vont souvent de pairs, les pics d'ozone peuvent être à l'origine de troubles respiratoires. Adapter l'activité de l'enfant à son état général</li> </ul>
<p><b>Savoir-être / savoir-faire</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expliquer les dangers du soleil à court terme (coups de soleil, insolation, brûlures) y compris en montagne et près des surfaces à haute réverbération telles que neige, sable et eau</li> <li>• Sensibiliser aux risques liés à la canicule</li> <li>• Motiver, sensibiliser et argumenter l'importance de la prévention solaire pour le court et le long terme</li> <li>• Encourager les parents à donner le bon exemple : s'ils ont de bonnes habitudes pour se protéger du soleil, l'enfant en aura aussi 😊 File sous le parasol dès que ton ombre est plus petite que toi !</li> <li>• Soutenir les campagnes régionales et nationales de prévention du mélanome</li> </ul>

\*Exposition indirecte : lorsque l'enfant est à l'ombre d'un support partiellement imperméable aux UV (parasol, arbre,...), lorsque le ciel est voilé, lorsqu'il y a réverbération (sur l'eau, le sable, la neige...).

## 5. Informations complémentaires

La couche d'ozone agit comme un écran solaire. Son aminuement progressif depuis quelques années expose l'homme et son environnement à une plus forte intensité de rayonnement UV ; et en particulier d'UVB qui ont les répercussions les plus importantes sur la santé.

### a) Données épidémiologiques (tirées intégralement OFS 2012 <sup>1</sup>)

#### Les différents types de cancers de la peau

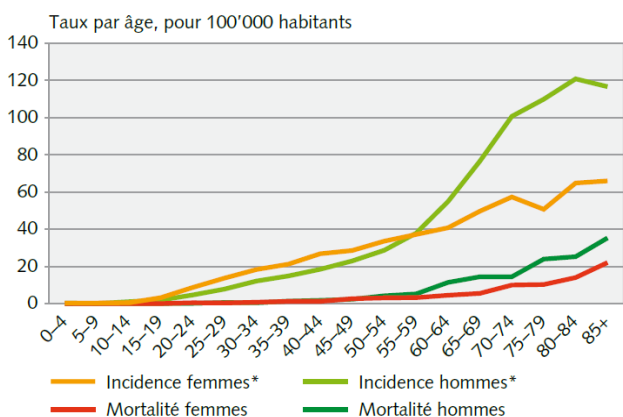
Il existe deux principaux types de tumeurs de la peau: **les carcinomes et les mélanomes**. D'autres types de cancers peuvent également se développer dans la peau mais ils sont beaucoup plus rares.

**Les carcinomes** se développent à partir de l'épiderme. Les carcinomes basocellulaires, issus de la couche basale, ne donnent généralement pas de métastases. Les carcinomes spinocellulaires, issus des couches supérieures de l'épiderme, peuvent en donner.

**Les mélanomes** se développent à partir des mélanocytes, les cellules produisant les pigments de la peau (la mélanine). Ils peuvent donner des métastases très difficiles à traiter.

Mélanome de la peau, 2004–2008

G 1



\* Incidence estimée à partir des données des registres du cancer

Source: OFS: CD, NICER, RCT

© OFS

#### Les facteurs de risque du mélanome

Le principal facteur de risque du mélanome est l'exposition aux rayons ultra-violet (UV) qui peuvent causer des dommages à l'ADN. Le risque varie aussi selon le type de peau: les peaux claires sont plus à risque que les peaux noires ou métissées protégées par un taux plus élevé en mélanine. L'existence de nombreux naevi (grains de beauté), les antécédents familiaux ou individuels de cancer de la peau, les prédispositions génétiques et l'âge sont également des facteurs de risque (Bulliard et al., 2009).

#### Tendances

Le nombre de nouveaux cas de mélanome a fortement augmenté en Suisse ces dernières années, comme cela a été observé dans d'autres populations de type européen (OFS, 2011). Chez les hommes, le taux d'incidence est passé de 13,0 à 23,5 pour 100'000 habitants entre 1984 –1988 et 2004 – 2008 (taux multiplié par 1,8) et, chez les femmes, de 13,7 à 21,1 pour 100'000 habitantes (taux multiplié par 1,5) L'augmentation est plus importante en Suisse latine qu'en Suisse alémanique: entre 1984 –1988 et 2004 – 2008, les taux d'incidence ont été multipliés par 2,2 chez les hommes et par 1,9 chez les femmes en Suisse latine contre respectivement 1,7 et 1,4 en Suisse alémanique.

Les taux de mortalité sont quant à eux restés relativement stables. Pour la période 2004 – 2008, le taux de mortalité est plus élevé chez les hommes (3,7 pour 100'000 habitants) que chez les femmes (2,1 pour 100'000 habitantes). La mortalité chez les hommes est un peu plus élevée en Suisse alémanique qu'en Suisse latine.

1. OFS. Epidémiologie du cancer, le mélanome de la peau: état des lieux et prévention [Internet]. OFS Neuchâtel; 2012 [cité 11 déc 2013].

<http://www.bfs.admin.ch/bfs/portal/fr/index/news/publikationen.html?publicationID=4760>

## 6. Références 2013

1. Donghi V, Superti-Furga A. L'application des crèmes solaires sur la peau des enfants. Paediatrica [Internet]. 2012 [cited 2013 Apr 30];23(3):17. [http://www.swiss-paediatrics.org/sites/default/files/paediatrica/vol23/n3/pdf/17\\_0.pdf](http://www.swiss-paediatrics.org/sites/default/files/paediatrica/vol23/n3/pdf/17_0.pdf)
2. Inpes, Ministère de la santé et des sports. Risques solaires, ce qu'il faut savoir pour que le soleil reste un plaisir [Internet]. [cited 2013 Sep 7]. <http://www.inpes.sante.fr/cfesbases/catalogue/pdf/1207.pdf>
3. Institut national du cancer. Bien protéger les enfants du soleil : une nouvelle campagne pour renforcer la vigilance des parents [Internet]. 2008 [cited 2013 Sep 7]. [http://www.chu-toulouse.fr/IMG/pdf/CP\\_INCa\\_prev\\_melanome\\_18\\_06.pdf](http://www.chu-toulouse.fr/IMG/pdf/CP_INCa_prev_melanome_18_06.pdf)
4. Kernland lang K, Hunger R. Protection contre le soleil chez les enfants. Paediatrica [Internet]. 2006 [cited 2013 Apr 30];17(3):45-7. <http://www.swiss-paediatrics.org/sites/default/files/paediatrica/vol17/n3/pdf/45-47.pdf>
5. ligue genevoise contre le cancer. Mon enfant au soleil - le guide des parents [Internet]. Mon enfant au soleil. [cited 2013 Sep 7]. <http://www.prevention.ch/monenfantausoleil.htm>
6. Ligue suisse contre le cancer. Protection solaire [Internet]. Ligue suisse contre le cancer Berne; 2013 [cited 2013 Sep 7]. <http://assets.krebsliga.ch/downloads/2320.pdf>
7. Ligue vaudoise contre le cancer. Mon enfant au soleil [Internet]. Ligue vaudoise contre le cancer; 2010 [cited 2013 Sep 7]. [http://assets.krebsliga.ch/downloads/mon\\_enfant\\_au\\_soleil.pdf](http://assets.krebsliga.ch/downloads/mon_enfant_au_soleil.pdf)
8. Ministère de la santé et de la protection sociale, Inpes. Bien profiter des rayons du soleil [Internet]. 2004 [cited 2013 Sep 7]. <http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/670.pdf>
9. OFSP. Protection solaire pour les bébés, petits-enfants et enfants. OFSP; 2010. [http://www.bag.admin.ch/suchen/index.html?keywords=protection+solaire&go\\_search=Rechercher&lang=fr&site\\_mode=intern&nsb\\_mode=yes&search\\_mode=AND#volltextsuche](http://www.bag.admin.ch/suchen/index.html?keywords=protection+solaire&go_search=Rechercher&lang=fr&site_mode=intern&nsb_mode=yes&search_mode=AND#volltextsuche)
10. OFSP. Office fédéral de la santé publique - Protection solaire [Internet]. [cited 2013 Apr 30]. <http://www.bag.admin.ch/themen/lebensmittel/04861/05280/index.html?lang=fr>
11. OMS. Soleil et santé, comment profiter du soleil [Internet]. OMS; 2006 [cited 2013 Apr 30]. [http://www.who.int/phe/publications/solaruvflyer2006\\_fr.pdf](http://www.who.int/phe/publications/solaruvflyer2006_fr.pdf)
12. OMS | Protection des enfants [Internet]. WHO. [cited 2013 Apr 30]. [http://www.who.int/uv/intersunprogramme/activities/uv\\_protectchildren/fr/index.html](http://www.who.int/uv/intersunprogramme/activities/uv_protectchildren/fr/index.html)
13. OMS | Le rayonnement ultraviolet [Internet]. WHO. [cited 2013 Apr 30]. <http://www.who.int/uv/fr/>
14. OMS | Rayonnement ultraviolet et santé [Internet]. WHO. [cited 2013 Apr 30]. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs305/fr/index.html>
15. Sanimédia. Canicule, protégeons nos enfants [Internet]. Sanimédia; 2012 [cited 2013 Apr 30]. [http://www.vd.ch/fileadmin/user\\_upload/themes/sante\\_social/prevention\\_sante/fichiers\\_pdf/Canicule/Sani-Cani12\\_proj\\_flyA5\\_ENF\\_PRES4.pdf](http://www.vd.ch/fileadmin/user_upload/themes/sante_social/prevention_sante/fichiers_pdf/Canicule/Sani-Cani12_proj_flyA5_ENF_PRES4.pdf)
16. Santé Canada. les bébés, les enfants et la prudence au soleil [Internet]. 2007. [http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/sun-sol/babies\\_child-bebes\\_enfant-fra.php](http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/pubs/sun-sol/babies_child-bebes_enfant-fra.php)
17. Santé Canada. Sécurité au soleil [Internet]. Santé canada. 2013. <http://www.hc-sc.gc.ca/hl-vs/sun-sol/index-fra.php>
18. Société canadienne de pédiatrie. L'exposition au soleil [Internet]. 2011 [cited 2013 Apr 30]. [http://www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/sun\\_safety](http://www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/sun_safety)
19. Société canadienne de pédiatrie. Le bronzage : de l'information pour les parents et les adolescents [Internet]. 2012 [cited 2013 Apr 30]. <http://www.soinsdenosenfants.cps.ca/handouts/tanning>
20. Société française de pédiatrie. Recommandations [Internet]. [cited 2013 Apr 30]. <http://www.sfpediatrie.com/groupes-de-specialites/gpt/recommandations.html>

21. Theiler M, Surber C, Weibel L. La peau de l'enfant doit être protégée-recommandations pratiques. Paediatrica [Internet]. 2013;24(2):18-20. <http://www.swiss-paediatrics.org/sites/default/files/18-20.pdf>
22. Sun and Health | Health | Patient.co.uk [Internet]. Patient.co.uk. [cited 2013 Apr 30]. <http://www.patient.co.uk/health/sun-and-health>
23. Société Française de Pédiatrie: Actions de communication "les risques du soleil" (03/07/2003) [Internet]. [cited 2013 Apr 30]. [http://www.sfpediatricie.com/autres-pages/actualites/actualite/article/actions-de-communicata.html?tx\\_ttnews%5BbackPid%5D=33&cHash=fab8490e546d548e9e0a39a5841ff164](http://www.sfpediatricie.com/autres-pages/actualites/actualite/article/actions-de-communicata.html?tx_ttnews%5BbackPid%5D=33&cHash=fab8490e546d548e9e0a39a5841ff164)

## Références 2005

1. Société suisse de pédiatrie. Utilisation des crèmes solaires. <http://www.swiss-paediatrics.org/paediatrica/vol14/n2/sunscreens-fr.html> 13-5-2004.
2. Société Canadienne de Pédiatrie. Soins de nos enfants: L'exposition au soleil. <http://www.soinsdenosenfants.cps.ca/securite/soleil.htm> 13-5-0004.
3. AAP. Ultraviolet light: a hazard to children. American Academy of Pediatrics. Committee on Environmental Health. Pediatrics 1999;104:328-33.
4. McKinlay, A., Breitbart, E. W., Ringborg, U., and Greinert, R. "Children under the Sun" - UV-Radiation and Children's Skin. 2004. WHO Workshop on Children's Sun Protection Education. WHO. 1-10-2001.
5. OFSP. Protection solaire pour les bébés, petits enfants et enfants. 2004. Office Fédéral de la Santé Publique.
6. Groupe de travail mélanome malin. Mon enfant au soleil - Le guide des parents. 2004. Genève, Ligue genevoise contre le cancer.
7. Enfant et Famille Canada. La sécurité au soleil. <http://www.cfc-efc.ca/docs/cansc/00000615.htm> 1996 [cited 20-6-2004].
8. Berret J, Liardet S, Scaletta C *et al.* Use of sunscreens in families living in Switzerland. Dermatology 2002;204:202-8.
9. Gebbers N, Scaletta C, Berret J *et al.* Utilisation des crèmes solaires dans les familles en Suisse. Paediatrica 2003;14:22-5.
10. US Preventive Services Task Force. Counseling to prevent skin cancer: recommendations and rationale of the U.S. Preventive Services Task Force. MMWR Recomm.Rep. 2003;52:13-7.
11. Saraiya M, Glanz K, Briss P *et al.* Preventing skin cancer: findings of the Task Force on Community Preventive Services On reducing Exposure to Ultraviolet Light. MMWR Recomm.Rep. 2003;52:1-12.

Prévention solaire	
<b>Elaboration du document</b>	Jocelyne Besson (IPE), Mary Nicolet (IPE), Sylvie Macé (IPER), Christine Durgnat-Sciboz (Consultante PE)
<b>Contribution</b>	IPER, Dresse Bérard, Dr Bertoncini (représentants GPV), CRIPE,
<b>Validation</b>	CRIPE
<b>Date</b>	Juin 2014