



le 11 juin 2020

CANICULE :

**Les conseils du Syndicat National des Dermatologues/Vénérologues (SNDV)
En ville tout comme pour les destinations de vacances, la vigilance est
indispensable !**

Le Syndicat National des Dermatologues-Vénérologues (SNDV) appelle à la plus grande vigilance en cette période de canicule. En ville aussi, les UV sont nocifs et restent très dangereux pour la peau, notamment celle des plus jeunes. La baignade au soleil aux heures chaudes est dangereuse pour la peau, même si elle apporte un réconfort concernant les « coups de chaleur » et est bénéfique pour les risques de déshydratation. Elle expose aux UV et à ses conséquences en matière de brûlures, et, à long terme, au risque de cancers de la peau notamment pour les jeunes enfants.

Le SNDV tient à rappeler les précautions élémentaires à prendre :

- **éviter le soleil aux heures les plus chaudes de la journée** (entre 12h et 17h00 notamment) ;
- **porter des vêtements protecteurs** : ceci est particulièrement vrai chez les plus petits qui doivent être impérativement protégés (chapeau, lunettes, tee-shirt à manches longues...). Il existe aussi des vêtements anti-UV efficaces, notamment destinés aux sportifs ;
- **privilégier les couleurs sombres** et les tissus à fibres serrées ;
- **éviter les baignades en plein soleil**, notamment dans les endroits publics qui posent, outre des problèmes de réverbération (+10% de réverbération sur l'eau), des questions d'hygiène élémentaire ; **on peut se mouiller pour se rafraîchir, mais pas en plein soleil, attention au risque UV ; privilégier les douches ou les brumisateurs et ne pas oublier que le tee-shirt blanc mouillé laisse passer tous les UV ;**
- **mettre de la crème protectrice (indice 50 et +)** en l'appliquant de manière régulière (une fois toutes les 2 heures minimum) sur les parties découvertes non protégées par le vêtement ;
- savoir que les parasols ou les endroits ombrés laissent tout de même passer 50% des UV ;
- **s'hydrater régulièrement ;**
- **surveiller chaque jour l'indice UV** (l'application **SoleilRisk** est disponible gratuitement sur iPhone et Android).

Il ne s'agit évidemment pas d'empêcher la population de profiter de ce temps magnifique mais simplement de les mettre en garde sur les comportements à risque. En ville, on peut avoir le sentiment d'être protégé des méfaits du soleil. Ce n'est absolument pas le cas. Il faut impérativement que ce message soit largement diffusé, et qu'au niveau des collectivités qui accueillent les enfants, les mesures de protection soient bien respectées concernant l'exposition des enfants au cours de leurs activités.

Les expositions au soleil dans la petite enfance et la jeunesse entament le capital solaire de chacun de manière irréversible avec une augmentation du risque de cancers de la peau.

Même si certaines d'entre elles sont plus sensibles que d'autres, toutes les peaux doivent être protégées. Il s'agit d'une mesure de santé publique.