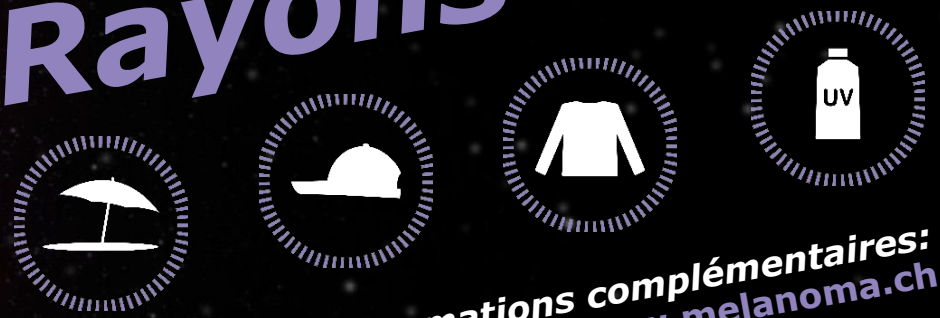


# Protégez-vous des Rayons UV!



Informations complémentaires:  
[www.melanoma.ch](http://www.melanoma.ch)



## **Quel indice de protection solaire dois-je choisir?**

**La sélection de l'indice de protection (IP, SPF en anglais ou encore FSP pour facteur de protection solaire) dépend de votre type de peau, de votre lieu de villégiature et de la saison: plus votre peau est claire, plus vous montez en altitude, plus votre destination de vacances est proche de l'Équateur et plus la saison est estivale, plus l'indice de protection choisi doit être élevé. D'une manière générale, il est recommandé d'utiliser des produits solaires dont l'IP est au moins de 30 si vous prenez part à des activités de plein air (jardinage, sport à l'extérieur, etc.).**

## **FAQs**

### **Puis-je prolonger ma protection solaire en renouvelant l'application du produit?**

**L'effet protecteur d'un produit n'est jamais prolongé. En optant pour un certain IP, vous déterminez le niveau de votre protection solaire. Un indice de 30 correspond à une haute protection et un indice de 50+ à une très haute protection. Renouveler l'application permet seulement de maintenir la protection choisie. Pour l'améliorer, vous devez choisir un produit dont l'IP est plus élevé.**

## **FAQs**

### **Pourquoi la peau des enfants est-elle particulièrement vulnérable au soleil?**

**Chez l'enfant, certaines cellules de la peau en cours de maturation sont davantage sensibles aux rayons UV que chez l'adulte. Les enfants et les adolescents doivent éviter les coups de soleil, dont le nombre est étroitement lié au risque de développer ultérieurement un cancer de la peau. Ne pas s'exposer au soleil à l'heure du déjeuner, rechercher l'ombre, porter des vêtements et un chapeau opaques aux UV, de même qu'utiliser des produits solaires dont l'indice de protection est très élevé (IP/SPF 50+), sont des mesures indispensables.**

## **FAQs**

**À partir de quel âge peut-on utiliser des produits de protection solaire?**

**De nombreux fabricants proposent des produits de protection solaire pour les enfants à partir d'un an. Les dermatologues recommandent cependant de NE PAS exposer au soleil les bébés et les jeunes enfants de moins de trois ans.**

*Rayons UV / Protection solaire*

## **FAQs**

**Puis-je préparer ma peau au soleil dans un solarium?**

**Non. La plupart des solariums administrent un rayonnement UVA. Or les coups de soleil sont dus aux rayons UVB. Le bronzage obtenu en solarium n'atténue pas les effets de l'exposition aux rayonnements naturels.**

Campagne Nationale de Prévention du  
Cancer de la Peau 2019, [www.melanoma.ch](http://www.melanoma.ch)

sgd  
sdv



# *UV-Strahlung / Sonnenschutz*

## **FAQs**

### **Sind teure Produkte besser?**

**Die Leistungsparameter von Sonnenschutzprodukten werden nach internationalen, standardisierten Verfahren bestimmt. Die deklarierten Werte müssen vom Produzenten garantiert werden und sind Preis unabhängig. Teurere Produkte sind manchmal kosmetisch angenehmer und bieten «Zusatzleistungen» wie Feuchtigkeitspflege, antioxidative Wirkung etc. an. Die Messung dieser Zusatzleistungen ist nicht genormt, wie dies bei der Strahlenschutzleistung der Fall ist. Sie muss auch nicht garantiert werden.**