

N'exposez pas vos enfants au soleil



On ne cesse de le répéter, il ne faut pas exposer les enfants au soleil. La crème solaire ne suffit pas à les protéger efficacement de ses méfaits : vieillissement cutané accéléré, cancers de la peau, lésions oculaires, affaiblissement du système immunitaire. Afin de préserver leur précieux capital solaire, respectez les trois précautions de base.

Les consignes à respecter

Près de 55% des parents passent plus de 4 heures sur la plage avec leurs enfants de tout âge. Moins d'une maman sur deux applique de la crème solaire plus de deux fois par jour à ses enfants et seulement une maman sur cinq ré-applique une protection solaire après le bain. Plus de 80% du temps passé au soleil au cours de la vie l'est avant l'âge de 18 ans. Un bien triste constat lorsqu'on sait que les enfants sont particulièrement vulnérables aux UV et ce, même avec une crème solaire efficace ! S'ils ont conscience des risques liés au soleil, comme le traduit la hausse des ventes de crème solaire, les Français'exposent néanmoins de plus en plus au soleil et leurs enfants aussi. En se croyant protégés par les produits solaires, ils passent plus de temps sur les plages et à n'importe quelle heure de la journée. C'est une grave erreur ! Les crèmes solaires, même les plus efficaces, ne suffisent pas à protéger du soleil.

Brûlures

La peau des enfants est plus fine et sensible que celle des adultes. Exposée de façon excessive, les coups de soleil sont plus fréquents.

Affaiblissement du système immunitaire

L'excès de rayonnements solaires peut altérer certaines réponses immunitaires, ce qui augmente les risques d'infections et limite l'efficacité des vaccins.

Lésions visuelles

L'excès d'UV peut entraîner des lésions de l'œil, notamment chez l'enfant : inflammation de la cornée, conjonctivite, lésions de la rétine. Chez l'adulte, il peut provoquer ou accélérer l'apparition de cataracte.

Cancer cutanés

A long terme, les coups de soleil reçus durant l'enfance jouent un rôle dans le développement de ces cancers. 65 à 90% des mélanomes, les cancers de la peau les plus graves, sont attribués à une exposition aux rayonnements UV.

Horaires

Ne pas exposer les tout-petits et n'exposer les enfants aux UV qu'aux heures les moins chaudes de la journée, soit avant 12 heures et après 16 heures.



Vestimentaire

Couvrir au maximum leur peau en leur faisant porter un T-shirt, un chapeau et des lunettes de soleil efficaces.

