

## Les dermatologues dévoilent une trousse de prudence au soleil pour les écoles

Ottawa, le 8 juin 2016 – Dans le cadre de la Semaine de prudence au soleil (du 6 au 12 juin) l'Association canadienne de dermatologie a dévoilé aujourd'hui une trousse pédagogique pour aider les élèves du primaire et des premières années du secondaire à adopter dès maintenant des habitudes de protection solaire qu'ils conserveront idéalement pendant toute leur vie.

« Les apprentissages que nous faisons durant l'enfance perdurent toute la vie », dit la D<sup>re</sup> Jennifer Beecker, porte-parole nationale du Programme de prudence au soleil de l'ACD. « Tout comme nous apprenons à regarder avant de traverser la rue et à brosser nos dents tous les jours, nous devrions aussi apprendre les mesures de sécurité vitales qui pourront nous éviter de nous retrouver avec un mélanome plus tard dans la vie. »

La trousse, conçue pour les élèves du primaires et des premières années du secondaire, réunit les éléments suivants :

- Une présentation PowerPoint éducative.
- Des vidéos.
- Des activités à faire en classe (dessins à colorier, recherches de mots, jeu de bonne aventure, jeu de société sur planchette, signets et collants).

La trousse, qui a pour thème « *Be Sun Safe* », est agrémentée de superbes illustrations montrant des enfants qui jouent dehors. Elle enseigne aux enfants à porter un « chapeau mou » et à couvrir leur peau, à être particulièrement prudents entre 11 h et 15 h, à trouver des coins d'ombre pour jouer, à appliquer un écran solaire et à en renouveler l'application fréquemment, et à porter pour la baignade des vêtements de bain qui protègent du soleil, en plus de l'écran solaire.

Il s'agit de donner aux enseignants les outils nécessaires pour leur permettre d'enseigner efficacement la protection solaire à leur élèves. On vise aussi à rejoindre de cette façon toute la famille, puisque les enfants partageront leurs nouvelles connaissances avec leurs frères et sœurs et avec leurs parents, à la maison.

« Les enfants peuvent être d'excellents éducateurs », dit la D<sup>re</sup> Beecker. « Nous avons pu le constater avec les bonnes pratiques de protection de l'environnement que les enfants apprennent à l'école et qu'ils apportent à la maison. Nous espérons que la même chose se produira dans le cas des bonnes pratiques de prudence au soleil. »

On peut se procurer le matériel en le téléchargeant ou en le commandant sur le site Web de l'ACD, [cda.ca](http://cda.ca). L'ACD communiquera aussi avec les écoles en prévision de l'année scolaire 2016-2017 pour les encourager à adopter la trousse et à l'ajouter à leur matériel pédagogique.

Le nombre de nouveaux cas de cancer de la peau ne cesse d'augmenter; pourtant on peut prévenir ce type de cancer en prenant des précautions toutes simples :

## **Protégez votre peau**

- Lorsque l'indice UV est de 3 ou plus, protégez votre peau le plus possible. En général, l'indice UV au Canada est de 3 ou plus entre 11 h et 15 h, du mois d'avril au mois de septembre, et ce même si le ciel est nuageux.
  - Restez à l'ombre. Au besoin, munissez-vous d'un parasol ou d'un parapluie qui puisse vous faire de l'ombre.
  - Portez un chapeau à large rebord et des vêtements qui couvrent la plus grande surface de peau possible, en fonction des activités et de la météo.
  - Utilisez un écran solaire à facteur de protection solaire (FPS) d'au moins 30 et dont l'étiquette comporte les mentions « à large spectre » et « résiste à l'eau ». Appliquez-le généreusement sur la peau non recouverte par les vêtements et renouvelez l'application au besoin.
- Évitez les lits de bronzage et autres appareils de bronzage artificiel ne vous exposez pas délibérément au soleil pour bronzer. Évitez les coups de soleil.

## **Protégez vos yeux**

- Portez des lunettes de soleil ou des lunettes de prescription dont les lentilles protègent des rayons UV.
- Portez un chapeau à large rebord pour protéger vos yeux encore mieux.

## **La Semaine de prudence au soleil**

L'Association canadienne de dermatologie organise au début de l'été une campagne nationale, la Semaine de prudence au soleil, depuis 1989. La campagne vise à éduquer les Canadiens au sujet des dangers de l'excès de soleil et à aider à enrayer l'incidence croissante du cancer de la peau au Canada. La Semaine de prudence au soleil de cette année s'étend du lundi 6 au dimanche 12 juin; de nombreux événements et activités sont organisés un peu partout au pays, notamment des séances gratuites de dépistage du cancer de la peau, des événements communautaires et des visites des dermatologues dans les écoles.

## **Au sujet de l'ACD**

L'Association canadienne de dermatologie, fondée en 1925, représente les dermatologues du Canada. L'Association offre un accès facile à la source la plus importante et la plus fiable de savoir médical en dermatologie. L'ACD a pour mission de faire avancer la science et l'art de la médecine et de la chirurgie dans le domaine des soins de la peau, des cheveux et des ongles, d'offrir du perfectionnement professionnel continu à ses membres, d'appuyer et d'améliorer les soins aux patients, de sensibiliser le public à la protection solaire et aux autres aspects de la santé de la peau et de promouvoir la santé de la peau, des cheveux et des ongles, la vie durant. Ce faisant, l'ACD informe et habilite aussi bien les professionnels de la médecine que le public canadien. Pour en savoir plus au sujet du travail de l'ACD, consulter <http://www.dermatology.ca/fr> ou participez à la conversation sur <http://www.Twitter.com/CdnDermatology> ou sur [www.Facebook.com/CdnDermatology](http://www.Facebook.com/CdnDermatology).

## **Pour obtenir plus d'information prière de communiquer avec :**

Nimmi Sidhu, coordonnatrice, Communications  
Bureau : (613) 738-1748, poste 228  
[nsidhu@dermatology.ca](mailto:nsidhu@dermatology.ca)