

## **L'exposition aux rayons UV — Un risque de plus en plus lourd pour les Canadiens qui travaillent à l'extérieur**

OTTAWA, le 2 juin 2018 – L'Association canadienne de dermatologie (ACD) et Sun Safety at Work Canada poursuivent leurs efforts d'éducation des employeurs et des employés qui travaillent à l'extérieur au sujet des dangers liés à l'exposition régulière aux rayons UV.

L'exposition quotidienne à la chaleur et aux rayons UV produits par le soleil représente pour les personnes qui travaillent à l'extérieur un risque accru de thermostress, de dommages cutanés, de coups de soleil, de cancers de la peau, de cataractes et d'autres problèmes oculaires.

« Comme le cancer de la peau est en grande partie évitable, les employeurs qui font de la prudence au soleil un pivot de leurs programmes de santé et sécurité au travail peuvent protéger leurs travailleurs contre les risques pour la santé que représente l'exposition au soleil », déclare la D<sup>re</sup> Jennifer Beecker, présidente nationale du Groupe de travail de l'ACD sur la prudence au soleil. « Les Canadiens qui travaillent à l'extérieur pendant les heures d'exposition maximale aux rayons UV doivent être encore plus prudents au soleil. »

### **La prudence au soleil : diffusion et partage**

Voici quelques faits sur la prudence au soleil que doivent connaître les employeurs, les gestionnaires et les employés :

- L'exposition aux rayons UV est la plus forte entre 11 h et 15 h.
- Un ciel couvert ne signifie pas qu'il n'y a pas de risque —jusqu'à 80 % des rayons UV peuvent traverser les nuages.
- Il n'est pas nécessaire que la lumière du soleil frappe directement pour causer des dommages. La lumière réfléchiée par des surfaces comme le sable, l'eau, le béton et la neige est dommageable elle aussi. Les rayons ultraviolets (UV) réfléchis sont particulièrement dangereux pour les yeux.
- Un bronzage constitue en réalité un signe de dommage à la peau. Le risque de cancer de la peau n'a aucun lien avec la couleur de la peau.
- Travailler à l'ombre et porter un chapeau et des vêtements légers et amples qui recouvrent la peau, c'est la meilleure mesure de protection.
- Appliquer abondamment de l'écran solaire sur la peau qui n'est pas protégée par des vêtements.

- La chaleur extrême détériore les écrans solaires. Il faut donc les garder loin des sources de chaleur.
- Il est possible d'utiliser les écrans solaires et les insectifuges ensemble : il faut appliquer d'abord l'écran solaire et ensuite l'insectifuge.

Enfin, la clé, c'est l'autodétection. On encourage les Canadiens qui travaillent à l'extérieur à s'auto-examiner régulièrement. Même si l'on ne sait pas trop quelle est la meilleure façon d'examiner sa peau, les « ABCDE » constituent un moyen simple de mémoriser les principales caractéristiques qui pourraient permettre de repérer un cas possible de mélanome :

**A- « Asymétrie »** – la forme d'un naevus diffère d'un côté

**B- « Bordure »** – les bordures du naevus sont irrégulières et floues

**C- « Couleur »** – la couleur du naevus varie et la lésion contient des zones brunes, noires, rouges, grises ou blanches

**D- « Diamètre »** – la croissance est typique du mélanome

**E- « Évolution »** – un naevus a changé

Si vous découvrez une lésion douteuse, consultez votre médecin de famille qui peut vous aiguiller vers un dermatologue agréé.

Pour en savoir davantage et trouver des ressources qui vous aideront à créer votre propre programme de prudence au soleil, rendez-vous à [dermatologue.ca/information-pour-les-travailleurs-en-plein-air](http://dermatologue.ca/information-pour-les-travailleurs-en-plein-air) ou à [sunsafetyatwork.ca](http://sunsafetyatwork.ca).

Le projet Sun Safety at Work Canada a été lancé grâce au soutien financier fourni par Santé Canada dans le cadre du Partenariat canadien contre le cancer et du projet Connaissances et action liées pour une meilleure prévention (COALITION). Il s'agit d'un partenariat de recherche, d'établissement de politiques et de pratiques qui regroupe l'Université Ryerson, le Centre de recherche sur le cancer professionnel d'Action Cancer Ontario, Services de santé Alberta, la Société canadienne du cancer – Nouvelle-Écosse, l'Association canadienne de dermatologie, CAREX Canada, l'Occupational Health Nurses Association of Nova Scotia, la Sun Safe Nova Scotia Coalition et WorkSafe BC.

### **Semaine de la prudence au soleil**

L'Association canadienne de dermatologie organise à l'échelon du pays la Semaine de la prudence au soleil depuis 1989. La campagne vise à informer la population canadienne au sujet des problèmes que pose une trop grande exposition au soleil et à aider à enrayer la montée du cancer de la peau au Canada. Cette année, la Semaine de la prudence au soleil se déroule du lundi 28 mai au dimanche 3 juin 2018.

À propos de l'ACD

Fondée en 1925, l'Association canadienne de dermatologie représente les dermatologues agréés du Canada. L'Association offre un accès facile à une source fiable de savoir médical en dermatologie. Sa raison d'être consiste à promouvoir la science et l'art de la médecine et de la chirurgie en ce qui concerne le soin de la peau, des yeux et des ongles; à fournir un perfectionnement professionnel continu à ses membres et à appuyer et promouvoir le soin des patients, à éduquer le public au sujet de la prudence au soleil et d'autres aspects de la santé de la peau et à promouvoir la santé de la peau, des cheveux et des ongles durant toute la vie. Ce faisant, l'ACD informe et responsabilise à la fois les professionnels de la médecine et la population canadienne. Pour en savoir davantage au sujet du travail de l'ACD, visitez [dermatologue.ca](http://dermatologue.ca) ou participez à la conversation sur [twitter.com/CdnDermatology](https://twitter.com/CdnDermatology), sur [facebook.com/CdnDermatology](https://facebook.com/CdnDermatology), ou sur [instagram.com/canadiandermatologyassociation/](https://instagram.com/canadiandermatologyassociation/).

-30-

Pour en savoir davantage, veuillez communiquer avec :

Nimmi Lawrence, agente, Marketing et communications : (613) 738-1748, poste 228  
nlawrence@dermatology.ca