

Cédant à un effet de mode, de plus en plus de Français s'offrent des séances de bronzage en institut. Dans le même temps, le nombre de cancers de la peau ne cesse d'augmenter...

INSTITUTS DE BRONZAGE

BRONZER, UN PLAISIR À RI

Qui n'a jamais rêvé afficher un teint parfaitement hâlé, aux couleurs du pain d'épice ? Depuis quelques années, la mode est au visage bronzé, même en plein hiver. Le marché du bronzage artificiel ne s'est jamais aussi bien porté en France. On y compte plus de 9 900 instituts équipés de cabines de bronzage⁽¹⁾, totalisant un chiffre d'affaires annuel de 148 millions d'euros. Pourtant, contrairement aux idées reçues, les ultraviolets (UV) ne dopent pas le moral ! « *Les UV artificiels ne préparent pas non plus au bronzage de l'été, car ils n'épaississent pas la peau* », prévient Pierre Césarini, directeur de l'association Sécurité solaire. Pire, une exposition trop répétée aux UV-A, produits en grande quantité par les

cabines de bronzage, peut être à l'origine de graves problèmes de santé.

Le soleil tropical en cabine

La Ligue contre le cancer et l'Académie nationale de médecine déconseillent vivement tout usage de la lampe à bronzer. Dans un rapport daté du 1^{er} avril 2003⁽²⁾, l'Académie explique que ces appareils émettent la même quantité d'UV que le soleil, mais en un temps plus court. « *Une séance d'UV d'une dizaine de minutes en cabine équivaut à deux heures de soleil tropical* », souligne Catherine Ghouti du Syndicat national des dermatologues. Et Pierre Césarini d'ajouter : « *En institut, on s'expose à des quantités d'UV dix fois supérieures à celles du soleil !* » Rien d'étonnant alors qu'une exposi-

tion excessive endommage les yeux et la peau... Les UV peuvent, en effet, provoquer des brûlures oculaires si l'on ne porte pas de lunettes adaptées. Conséquence directe, une inflammation douloureuse de la cornée, appelée kératite, peut entraîner une cécité passagère. Plus grave, la cataracte (opacification des cellules du cristallin) conduit à une perte progressive de la vue !

Quant à la peau, elle est loin d'être protégée par le bronzage artificiel. « *Une pigmentation de la peau ne peut être obtenue qu'aux dépens d'une altération des cellules de l'épiderme* », peut-on lire dans le rapport de l'Académie nationale de médecine. Trop d'UV accélèrent le vieillissement de la peau. Appelé héliodermie, ce phé-

MÉFIEZ-VOUS AUSSI DU SOLEIL !

« Les Français ont une relation de plaisir avec le soleil, mais ne se rendent pas compte des risques », déplore Constance Bellin, chargée de mission facteurs de risques à la Ligue nationale contre le cancer. Pour y remédier, la Ligue contre le cancer vient de lancer une campagne nationale : *Le cancer aussi aime le soleil*. Ses buts : informer du risque et donner au public les moyens de se protéger. Depuis fin avril, les Comités départementaux de la Ligue diffusent un dépliant renfermant un quiz aidant à déterminer votre type de peau et à prendre les précautions adéquates.



CONSEILS

Vous êtes extrêmement sensible au soleil

Votre peau est très claire et vos taches de rousseur se développent rapidement. Quand vous vous exposez, vous prenez systématiquement un coup de soleil... sans bronzer !

► Ne cherchez pas à bronzer. L'exposition solaire est fortement déconseillée et une protection maximale (chapeau, vêtement, lunettes, crème solaire d'un indice 50+) est indispensable.

Vous êtes sensible au soleil

Votre peau est claire, quelques taches de rousseur y apparaissent peut-être. Vous êtes abonné aux coups de soleil, mais il vous arrive d'arborer un léger hâle.

► L'exposition au soleil ne vous est pas conseillée. Votre peau n'est pas armée pour bronzer, d'où l'intérêt de vous protéger en cas d'exposition avec des moyens adaptés. Dès que vous êtes au soleil, choisissez une protection haute (chapeau, vêtements, lunettes et crème avec un indice > 30).

Vous bronzez assez facilement

Chez vous, les coups de soleil sont occasionnels et le bronzage apparaît en quelques heures d'exposition.

► Une exposition prudente et progressive est recommandée. Même si votre peau semble bien tolérer le soleil, n'oubliez jamais de la protéger. Pour vous, une protection moyenne est recommandée (chapeau, lunettes et crème > 15) dès que vous vous exposez. N'hésitez pas à augmenter ces protections les premiers jours d'exposition.

Vous bronzez très facilement

Votre peau est naturellement pigmentée ou noire, vous bronzez très vite et ne prenez jamais de coups de soleil.

► Il vous est recommandé de vous exposer progressivement et de vous protéger au moins les premiers jours. Une protection, même faible : des lunettes et une crème (indice < 15), est toujours recommandée.

SQUE

nomène touche essentiellement le visage, les mains et les avant-bras. Surtout, les UV augmentent fortement le risque de cancers cutanés. Pas moins de 80 000 nouveaux cas⁽³⁾ de cancers de la peau sont diagnostiqués chaque année en France, dont 7 000 à 8 000 sont des mélanomes, la forme la plus dangereuse. En 2000, ces derniers ont été responsables de 1 364 décès. « Le nombre de cancers cutanés augmente de 10 % par an, déplore Catherine Ghouti. Dans cinq ans, ce sera la première cause de mortalité des 25-35 ans ! » Selon ce même rapport, une personne a 1,25 à 1,50 fois plus de risques de développer un mélanome en utilisant des appareils de bronzage. Seules exceptions, quelques maladies nécessitent des expositions

aux UV artificiels. « On pratique la puvathérapie pour certaines dermatoses, comme le psoriasis ou le vitiligo (dépigmentation) », confirme Catherine Ghouti. L'ictère néonatal (jaunisse) ou encore les prurits peuvent être traités, quant à eux, par la photothérapie à UV-B. Mais attention,

ces séances sont encadrées par les médecins et les temps d'exposition sont très précis. ■ SANDRA STRASSER

⁽¹⁾ www.snpsc.org/snpsc/ (rubrique « Le Syndicat et le marché du bronzage »).

⁽²⁾ www.academie-medecine.fr (moteur de recherche : bronzage).

⁽³⁾ <http://agmed.sante.gouv.fr/htm/10/filcoprs/050803.htm> (étude de l'AFsse, l'AFsaps et l'InVS, mai 2005).



QUAND LE BON FAIT DU BIEN

Creno et la Ligue contre le cancer se rapprochent pour promouvoir la consommation régulière de fruits et légumes frais, si bénéfique pour la santé dans le cadre d'une alimentation équilibrée et variée, associée à une activité physique régulière.



**CRENO
ET LA LIGUE
CONTRE
LE CANCER**

Les 42 affiliés fruits et légumes de Creno, avec le soutien des 101 Comités départementaux de la Ligue, vont se mobiliser à travers toute la France pour mettre en place des actions de proximité axées sur l'information et la prévention.

La restauration d'entreprise et des offres innovantes pour le commerce de détail sont les priorités de ce partenariat.

Parce que le bon fait du bien, que consommer et cuisiner fruits et légumes frais est un plaisir et que contre le cancer, nous avons tous un rôle à jouer. Creno, ses 42 affiliés fruits et légumes et leurs équipes s'engagent avec la Ligue.

creno

CONTRE
LE CANCER
LA LIGUE
101
comités

pour la vie

IMAGERIE MÉDICALE

TECHNIQUES DE POINTE

L'imagerie médicale ne cesse de progresser et de se moderniser, permettant au corps humain de révéler ses secrets les plus intimes.

Au début du siècle dernier, la découverte de rayons baptisés X (comme l'inconnue en mathématiques) signe le début d'une révolution médicale. Pour la première fois, il est possible de visualiser l'intérieur du corps humain. Depuis, la science a beaucoup progressé et les outils n'en finissent pas de gagner en précision. Grâce à l'imagerie, les médecins ont accès à la structure du corps ainsi qu'à son métabolisme. À la radiographie classique par rayons X viennent ▶▶



►► aujourd'hui s'ajoutent le scanner, l'échographie, l'IRM¹ et la scintigraphie². Sous ces termes un peu barbares se cachent des trésors technologiques au service de la médecine, et en particulier de la cancérologie.

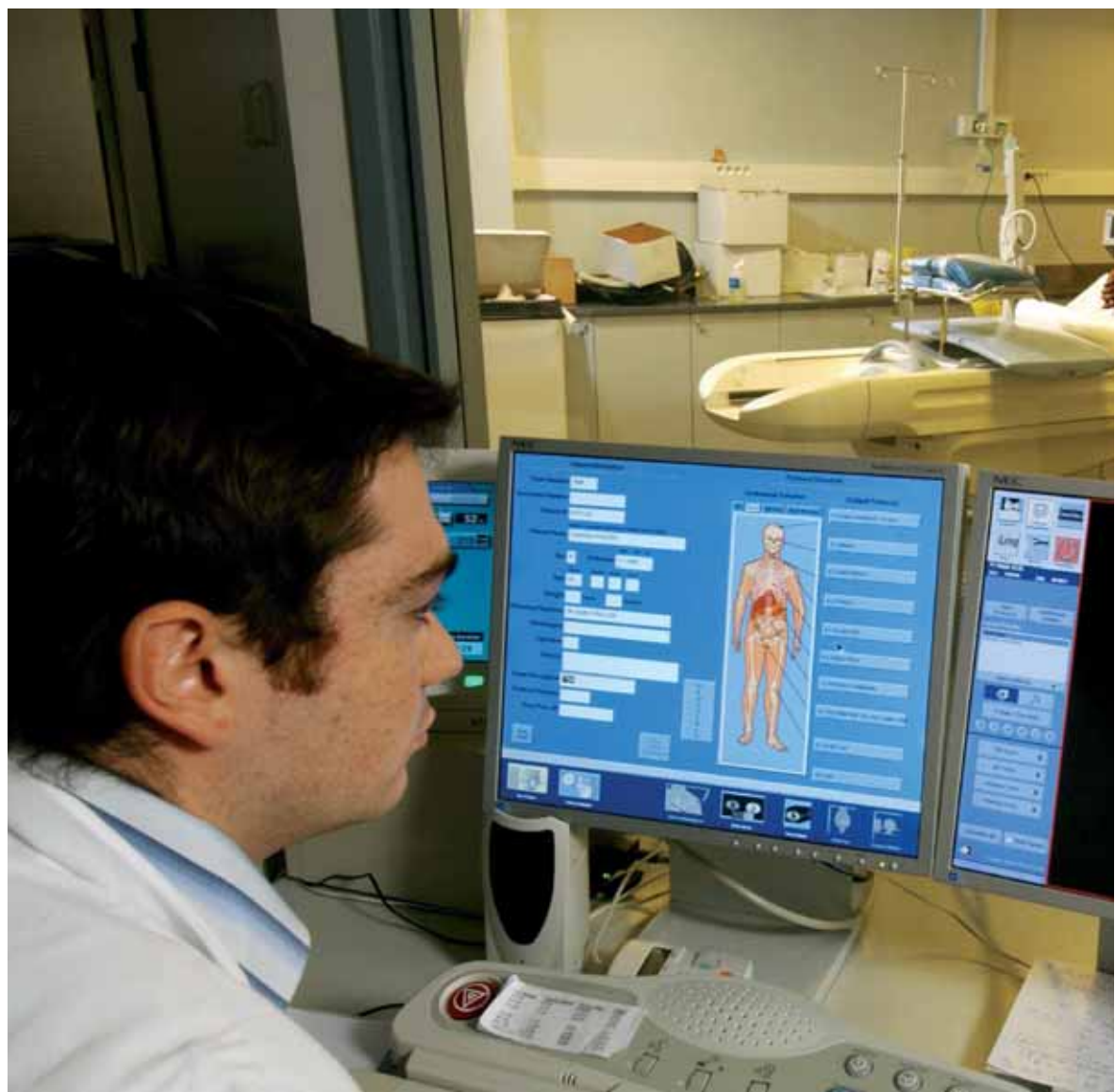
L'imagerie anatomique

Ce premier type d'imagerie dévoile la structure interne du corps humain, en faisant appel par exemple aux rayons X. Ces rayons ont le pouvoir de pénétrer plus ou moins la matière. Ils traversent la matière molle (la

chair) mais sont absorbés par les os. Les clichés de radiographie conventionnelle correspondent à l'empreinte photographique des rayons traversants. L'inconvénient de ce système est de confondre les ombres des différents tissus. L'astuce pour y remédier est d'effectuer une suc-

cession d'analyses sous différents angles, c'est le principe du scanner. Le patient est placé dans un tube contenant un émetteur de rayons X et un détecteur qui se déplacent. Le résultat se traduit par une image en trois dimensions reconstituée par ordinateur. En cancérologie, ces

“ L'imagerie fonctionnelle renseigne sur le fonctionnement des cellules ”



deux techniques permettent par exemple de détecter des tumeurs ou des métastases dans le poumon, le foie, les seins (mammographie) et même le cerveau.

À forte dose, les rayons X seraient dangereux pour la santé. Mais les quantités utilisées en radiologie sont faibles, les effets restent donc mineurs. Et n'oublions pas que la nature est riche de rayonnements similaires. À titre d'exemple, une radiographie pulmonaire correspond à quinze jours de rayons X naturels en haute montagne.

L'échographie est une autre technique d'imagerie anatomique couramment utilisée depuis une trentaine d'années. Ici il n'est pas question de rayons X mais d'ondes sonores qui rebondissent sur la matière et dont on capte l'écho. Cette idée ingénieuse nous vient de nos amis les dauphins, que la science a habilement copiée. Grâce à une sonde à ultrasons, l'échographie visualise toutes sortes d'organes (thyroïde, ganglions, reins, vessie, etc.) et donne des informations sur la position, la taille et la densité (solide ou

liquide) des structures. Bien utile pour le suivi des femmes enceintes, elle l'est aussi pour déceler les tumeurs, y compris de petite taille. La liste des techniques d'imagerie ne s'arrête pas là. Depuis le début des années 1980 se développe un procédé basé sur le principe de résonance magnétique. L'IRM utilise un aimant et des ondes radio qui stimulent les atomes du corps humain, lesquels émettent en retour un signal traité sous forme d'image par un système informatique. Cet examen, absolument inoffensif et indolore, permet de visualiser des détails invisibles sur les radiographies standard, l'échographie ou le scanner.

L'imagerie fonctionnelle

Une technique encore plus impressionnante est celle de l'imagerie fonctionnelle. Elle renseigne considérablement sur le métabolisme, c'est-à-dire sur le fonctionnement des cellules. Car s'il est essentiel de visualiser une tumeur, encore faut-il savoir si elle est cancéreuse. Comment ? Les tumeurs malignes et les métastases ont la particularité d'être plus actives que les cellules normales. Lors d'un examen de scintigraphie, un traceur radioactif (inoffensif) injecté dans le sang vient se fixer préférentiellement sur les zones les plus actives, et émet un signal capté par un détecteur. La réponse du traceur indique le degré de malignité de la tumeur. Ingénieux !

La technique de scintigraphie la plus connue est la TEP³, qui utilise un traceur dérivé du glucose. Cet examen est particulièrement précieux pour poser le diagnostic des cancers du poumon et ORL ou pour repérer des métastases hépatiques avec une précision inégalée. ■ STÉPHANIE DELAGE

GRÂCE À L'IMAGERIE MÉDICALE, LES MÉDECINS ONT ACCÈS À LA STRUCTURE DU CORPS HUMAIN AINSI QU'À SON MÉTABOLISME.

MON PREMIER SCANNER

Témoignage de Jocelyne, organisatrice d'un groupe de paroles en zone rurale (Pas-de-Calais)

« La première fois, c'est assez angoissant. À cause de l'attente du résultat, mais aussi de l'examen en lui-même. Le bruit de la machine et l'idée d'être enfermée dans un tube qui avance centimètre par centimètre ont de quoi inquiéter. Et cela dure pendant une vingtaine de minutes. Étant sujette à la claustrophobie, je n'étais vraiment pas rassurée. Mais l'équipe médicale était très présente et m'a beaucoup aidée en me parlant tout au long de l'examen et en me faisant écouter de la musique douce. Tout s'est finalement très bien passé. »

¹ Imagerie par résonance magnétique.

² Méthode d'exploitation d'un organe par injection d'une substance radioactive.

³ Tomographie par émission de positons.

EnBref

La Garantie Bleue Une avancée significative

Récemment, le Comité départemental du Nord de la Ligue contre le cancer a développé avec une société d'assurance, la Flandre Assurances, un dispositif permettant aux personnes atteintes d'un cancer, ou l'ayant été, d'emprunter auprès des banques. Grâce à ce dispositif baptisé Garantie Bleue, le risque aggravé peut être assuré. Le bénéficiaire peut ainsi

emprunter de 15 000 à 1 500 000 euros pour les prêts à caractère professionnel. *« Il suffit de transmettre directement son dossier de demande d'assurance à la Flandre Assurances*, quel que soit son lieu d'habitation en France, précise Gérard Depadt, président du Comité départemental du Nord. La réponse est donnée dans les trois jours*

lorsque le dossier médical est complet. » Un délai particulièrement court que la seule convention Belorgey ne garantit pas. *« Les tarifs proposés sont très avantageux et la surprime à acquitter, acceptable et d'une durée limitée dans le temps. Bien sûr, les propositions*

de la Flandre se font au cas par cas et, malheureusement, tous les dossiers ne sont pas forcément acceptés », prévient Gérard Depadt. Malgré tout, la Garantie Bleue est une belle avancée pour l'assurabilité des malades.

EN SAVOIR +

Infos au 0 825 837 376 et sur www.garantiebleue.fr

Le Dr Françoise May-Levin à l'honneur

C'est en présence d'une assistance nombreuse et avec une émotion difficilement contenue que Françoise May-Levin a été faite chevalier de la Légion d'honneur au siège de la Ligue contre le cancer. En vertu des pouvoirs qui lui avaient été conférés pour l'occasion par le président de la République,

le professeur Henri Pujol, président de la Ligue contre le cancer, s'est flatté de pouvoir récompenser ce remarquable cancérologue de terrain. *« Elle a magnifié la notion de bénévolat à temps plein au service des malades et de leurs proches »,* a souligné, admiratif, Henri Pujol.

Et Françoise May-Levin d'ajouter en écho qu'« on ne se contente pas de voir le monde bouger, on participe à le faire bouger ». Ces propos illustrent à merveille la cohérence du parcours professionnel de Françoise, qui continue à n'avoir d'autre ambition que celle d'aider.

