



### COMMENT SE PROTÉGER CONTRE LES RISQUES DE CANCER DE LA PEAU

- Éviter la surexposition au soleil, surtout entre 10 heures et 15 heures.
- Porter des vêtements protecteurs, chemises à manches longues et des chapeaux à larges bords.
- Appliquer un écran solaire ayant un FPS de 15 ou plus qui absorbe les rayons ultraviolets. Les écrans solaires sont classés selon leur force; plus le chiffre qui accompagne le FPS est élevé, meilleure est la protection.
- Pour le nez et les lèvres, utiliser un écran total contenant de l'oxyde de zinc ou du dioxyde de titane, qui réfléchiront les rayons ultraviolets. Cependant, comme ces préparations sont très épaisses et qu'elles couvrent entièrement la peau, l'écran total ne peut être appliqué que sur de petites surfaces.
- L'essentiel, quand on veut sauver des vies contre le cancer de la peau, c'est avant tout la prévention, puis le dépistage précoce et le traitement rapide de toute anomalie de la peau ■■

Source : Le cancer de la peau : les faits, Société canadienne du cancer, janvier 1990.