

PÉRISCOPE

Gardez l'œil sur l'état de santé

BULLETIN D'INFORMATION EN SURVEILLANCE DE L'ÉTAT DE SANTÉ DE LA POPULATION

DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE DE LA MONTÉRÉGIE

NUMÉRO 34 – JANVIER 2013 (révisé) ISSN 1927-8934

Au moins un tiers des Montérégiens ne se protègent pas suffisamment contre les effets du soleil

Saviez-vous que les cancers de la peau représentent le type de [cancer le plus fréquemment diagnostiqué](#) au Canada? Les rayons ultraviolets, notamment ceux émis par le soleil, [représentent le principal facteur de risque](#) de cancers de la peau. L'ESCC de 2009-2010 a exploré l'utilisation des moyens de se protéger contre le soleil durant une journée typique d'été entre 11 h et 16 h, moment où le rayonnement solaire est le plus intense.

SE PROTÉGER OU RISQUER LE COUP DE SOLEIL

En 2009-2010, seulement 65 % des Montérégiens de 12 ans et plus utilisent toujours ou souvent au moins un moyen de protection contre le soleil (voir figure). Il est navrant de constater que seulement le quart des Montérégiens évitent de s'exposer au soleil pendant trente minutes ou plus, soit une proportion significativement plus faible que celle estimée dans le reste du Québec. Par ailleurs, 36 % des Montérégiens de 12 ans et plus rapportent avoir eu un coup de soleil au cours des 12 mois précédant l'enquête.

DAVANTAGE DE FEMMES QUE D'HOMMES SE PROTÈGENT

Selon la même enquête, 74 % des Montérégiennes utilisent toujours ou souvent au moins un moyen de protection, comparativement à seulement 56 % de leurs concitoyens.

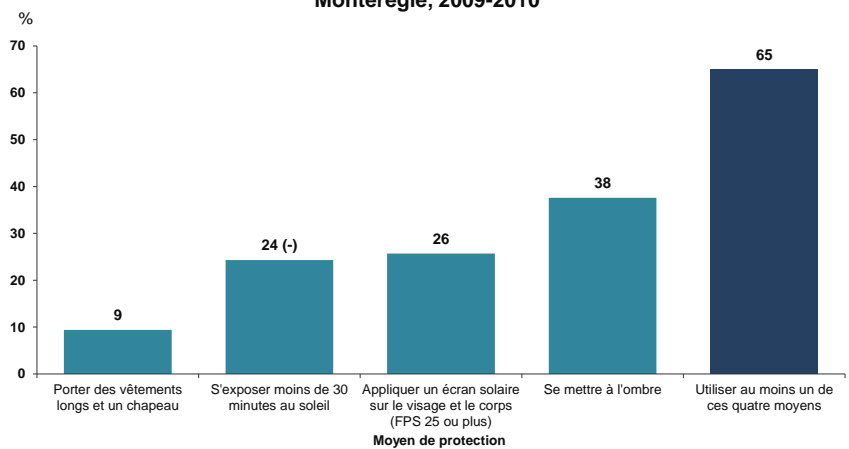
En fait, seul le port de vêtements longs et d'un chapeau obtient la faveur d'une plus grande proportion d'hommes que de femmes, tant en Montérégie (12 % c. 6 %*) qu'au Québec.

LES PERSONNES DE 12 À 44 ANS SONT MOINS NOMBREUSES À SE PROTÉGER

Seulement 43 % des Montérégiens de 12 à 44 ans adoptent toujours ou souvent au moins une mesure de protection, comparativement à 57 % chez les 45 ans et plus. Cela est préoccupant, car les jeunes s'exposent plus longtemps aux rayons solaires. Par exemple, en Montérégie, les trois quarts des jeunes de 12 à 17 ans s'exposent au soleil durant 2 heures et plus, comparativement à un peu plus de la moitié des adultes de 18 à 64 ans et moins du quart des personnes âgées de 65 ans et plus.

* Coefficient de variation supérieur à 15 % et inférieur ou égal à 25 %. La valeur doit être interprétée avec prudence.

Proportion de la population de 12 ans et plus utilisant toujours ou souvent un moyen de protection contre les effets du soleil¹, Montérégie, 2009-2010



¹ Pendant une journée typique d'été, entre 11 h et 16 h.
(+), (-) Valeur significativement plus élevée ou plus faible que celle du reste du Québec à un seuil de 5 %.
Source : Statistique Canada, Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes, 2009-2010.
Production : équipe Surveillance de l'état de santé de la population, DSP Montérégie, janvier 2013.

LES MONTÉRÉGIENS S'EXPOSENT-ILS DAVANTAGE AU SOLEIL?

C'est ce que suggère l'ESCC de 2009-2010. En effet, 52 % des Montérégiens de 12 ans et plus s'exposent au soleil pendant 2 heures et plus, soit une proportion significativement plus élevée que celle observée dans le reste du Québec. On remarque, par ailleurs, qu'une proportion significativement plus élevée de Montérégiens s'expose plus de 5 heures au soleil par rapport au reste du Québec (13 c. 10 %).

PROFITER DES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES TOUT EN ÉTANT BIEN PROTÉGÉ

L'adoption de saines habitudes face à l'exposition au soleil contribue à prévenir le cancer de la peau, [particulièrement chez les jeunes](#). L'utilisation [d'appareils de bronzage](#) devrait également être évitée à tout âge. Rappelons qu'au Québec, l'offre et la vente de services de bronzage artificiel est interdite au moins de 18 ans depuis juin 2012. Le site internet du ministère de la Santé et des Services sociaux proposera très bientôt de nouveaux outils de communication sur la protection contre les rayons UV.

VOUS VISITEREZ BIENTÔT UNE DESTINATION SOLEIL?

Ne partez pas sans une généreuse provision d'écran solaire (FPS 30 ou plus), un chapeau et des lunettes protectrices, et recherchez l'ombre bienfaisante des parasols!

À RETENIR

- Plus du tiers des Montérégiens de 12 ans et plus ne se protègent pas adéquatement contre les effets néfastes du soleil.
- Davantage de Montérégiennes se protègent comparativement à leurs pendants masculins : 80 % des femmes utilisent toujours ou souvent au moins un moyen de protection, contre seulement 60 % des hommes.
- Bien qu'ils s'exposent plus longtemps au soleil, les Montérégiens de 12 à 44 ans se protègent en moins grande proportion que leurs concitoyens plus âgés.
- De saines habitudes de protection peuvent prévenir les effets néfastes des rayons solaires sur la santé, surtout chez les enfants et les jeunes.

Pour une utilisation personnelle ou publique à des fins non commerciales et à condition d'en mentionner la source, ce document peut être reproduit ou téléchargé : <http://extranet.santemonteregie.qc.ca/sante-publique/surveillance-etat-sante/index.fr.html>

Citation suggérée : Blackburn, Manon. « Au moins un tiers des Montérégiens ne se protègent pas suffisamment contre les effets du soleil », PÉRISCOPE : n° 34, Janvier 2013, Longueuil, Agence de la santé et des services sociaux de la Montérégie, Direction de santé publique, Surveillance de l'état de santé de la population.