



LAMPES SOLAIRES

Enjeu

L'exposition aux rayons ultraviolets A et B peut occasionner des coups de soleil, causer des lésions aux yeux et entraîner d'autres effets sur la santé, dont un risque accru de cancer de la peau. Les personnes qui utilisent une lampe solaire devraient être conscientes des risques que cela comporte et pouvoir ainsi prendre des mesures pour les réduire le plus possible.

Contexte

Il existe différentes marques et différents modèles de lampes solaires en vente au Canada. Tous ces produits sont assujettis au règlement d'application de la Loi sur les dispositifs émettant des radiations, du gouvernement fédéral. Ce règlement comporte de nombreuses prescriptions de sécurité, notamment l'apposition d'étiquettes comportant une mise en garde. Quiconque utilise une lampe solaire, à la maison ou dans un salon, devrait rechercher ces étiquettes. On y trouve le temps d'exposition recommandé par séance selon le type de peau et d'autres renseignements qui peuvent rendre plus sécuritaire l'exposition aux rayons ultraviolets (UV).

Il est important de choisir en toute connaissance de cause la durée et la fréquence de l'exposition aux rayons UV émis par les lampes solaires. Dépasser le temps d'exposition recommandé pour le type de peau, ou la fréquence recommandée, accroît le risque d'effets indésirables sur la santé.

Les Lignes directrices pour les propriétaires, les opérateurs et les usagers de salons de bronzage, publiées par Santé Canada, expliquent les risques et les effets associés à l'utilisation de lampes solaires et montrent comment utiliser ces produits de façon plus sécuritaire.

Risques pour la santé associés aux lampes solaires

Les personnes qui utilisent les lampes solaires s'exposent aux coups de soleil. La rougeur de la peau (signe de l'inflammation) est causée par une surexposition aux rayons UV, particulièrement les rayons ultraviolets B (UVB). Un coup de soleil peut survenir immédiatement dans les cas graves, ou jusqu'à 24 heures après l'exposition.

Sur des yeux non protégés pendant le bronzage, la surexposition aux rayons UV peut causer des lésions passagères, mais douloureuses, appelées photokératite et photoconjonctivite. La surexposition aux rayons UVB serait particulièrement associée à l'apparition de cataractes, opacification du cristallin pouvant entraîner la cécité.

L'utilisation de lampes solaires peut également avoir des effets à plus long terme sur la santé. La peau exposée aux rayons UV peut vieillir prématurément et devenir plus vulnérable à l'apparition de cancers, les carcinomes épidermoïdes ou basocellulaires. Le risque de cancer de la peau augmente avec l'exposition accumulée aux rayons UV. Des études scientifiques montrent de plus que l'exposition aux rayons UV affaiblit le système immunitaire. L'organisme combattra alors moins facilement les maladies, dont un type de cancer de la peau plus grave, le mélanome malin.

Réduire vos risques

De nombreux facteurs entrent en ligne de compte dans la décision d'utiliser une lampe solaire. Par exemple, les personnes à la peau claire ou ayant des antécédents de coups de soleil sont plus à risque d'avoir des



réactions indésirables. De plus, certains médicaments ou certains cosmétiques peuvent rendre la peau plus sensible aux rayons UV. Avant d'utiliser une lampe solaire, il faut discuter de ses facteurs de risques personnels avec un professionnel de la santé.

Si vous choisissez d'utiliser une lampe solaire, vous réduirez les risques en prenant les mesures suivantes :

- Lire la mise en garde de l'étiquette apposée sur la lampe ou le lit de bronzage et en suivre attentivement les directives.
- Au salon de bronzage, discuter de la sensibilité et de la facilité avec laquelle votre peau bronze avec l'opérateur, qui pourra recommander un temps et une fréquence d'exposition.
- Ne pas dépasser la durée de la séance d'exposition recommandée pour un type de peau.
- Prévoir au moins 48 heures entre chaque séance de bronzage. La peau aura ainsi la chance de réparer les lésions causées par les rayons UV et pourrait ralentir le vieillissement cutané attribuable à l'exposition.
- Toujours porter le dispositif de protection des yeux recommandé pour le type de lampe.
- S'assurer de la présence d'une barrière physique, comme une feuille d'acrylique translucide, entre vous et la lampe solaire. Cette mesure contribuera à prévenir les brûlures causées par la lampe.
- Toujours signaler à l'opérateur l'apparition de réactions indésirables, comme un coup de soleil ou des démangeaisons. Pour les coups de soleil graves, consulter un professionnel de la santé.

Ne pas utiliser la lampe solaire plus souvent qu'il ne le faut pour garder le bronzage désiré. Santé Canada conseille aux utilisateurs de lampes solaires de réduire le nombre annuel de séances de bronzage. Souvenez-vous moins une personne reçoit de rayons ultraviolets, mieux c'est pour sa santé.

Obtenez votre exemplaire des Lignes directrices pour les propriétaires, les opérateurs et les usagers de salons de bronzage, de Santé Canada, pour avoir des renseignements complémentaires sur la façon de protéger et maintenir votre santé.

Rôle de Santé Canada

Santé Canada analyse et gère les risques liés aux rayons ultraviolets, notamment en réglementant les lampes solaires et en surveillant la conformité de l'équipement aux prescriptions de la Loi sur les dispositifs émettant des rayonnements, à quoi s'ajoute la publication de ses Lignes directrices pour les propriétaires, les opérateurs et les usagers de salons de bronzage.

Pour en savoir plus?

Pour obtenir un exemplaire des Lignes directrices pour les propriétaires, les opérateurs et les usagers de salons de bronzage écrivez à :
Santé Canada,
Direction générale de la santé
environnementale et de la sécurité
des consommateurs
Bureau de la protection contre les
rayonnements des produits cliniques
et de consommation
Division des lasers et de
l'électro-optique
775, chemin Brookfield
Ottawa (Ontario) K1A 1C1

Ou allez sur le site de SC :
<http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/ccrpb/publication/02sesc288/tdm.htm>;

ou encore téléphonez à Publications Santé Canada, au (613) 954-5995.

Pour en savoir plus sur le bronzage, voir Bronzer sous les lampes, fiche de renseignements du Bureau de la protection contre les rayonnements des produits cliniques et de consommation, Santé Canada, à :
<http://www.hc-sc.gc.ca/hecs-sesc/pcrpcc/00dhm240.htm>

Des renseignements sur la protection contre les rayons UV se retrouvent dans les articles suivants de *Votre santé et vous* :

Les rayons ultraviolets
<http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vsv/environnement/ultraviolet.html>

Prévention du cancer de la peau
<http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vsv/maladies/cancer.html>

Des articles supplémentaires de *Votre santé et vous* se retrouvent à ce site:
<http://www.santecanada.ca/vsv>
Vous pouvez également téléphoner au (613) 957-2991