



# Bronzer sous des lampes

Vous croyez que vous pouvez bronzer en toute sécurité dans un salon de bronzage! Détrompez-vous! Renseignez-vous maintenant sur le bronzage pour vous protéger contre les risques éventuels de cancer de la peau.

**On ne peut bronzer sans risques.** Peu importe si vous vous exposez au soleil ou à des lampes dans un salon de bronzage, votre peau sera endommagée dans les deux cas.

Qu'est ce que le bronzage? Votre peau bronze lorsque la **mélanine** (une substance présente dans la peau) devient foncée. Cela se produit lorsque votre peau est exposée aux rayons ultraviolets (UV). Deux sortes de rayons **UV** sont responsables du bronzage : les rayons **UVA** et **UVB**. Donc lorsque votre peau devient foncée, c'est qu'elle a été endommagée.

Les employés des salons de bronzage vous diront peut-être que leurs lampes sont sécuritaires. En fait, leurs lampes peuvent émettre jusqu'à cinq fois plus de rayons UVA que le soleil. Et peut-être ne savez-vous pas que les rayons UV peuvent être reliés à un type grave de cancer de la peau appelé mélanome malin!



## Conseils de sécurité



- Essayez de trouver d'autres façons d'avoir l'air bronzé. Vous pouvez utiliser une crème qui colorera votre peau et qui vous donnera l'apparence du bronzage.
- Apprenez à être satisfait de la couleur naturelle de votre peau.
- Se faire bronzer sous les lampes AVANT d'aller dans le Sud l'hiver ne protégera PAS votre peau sous les tropiques. Utilisez un écran solaire avec un FPS de 15 lorsque vous allez dans le Sud.
- Si vous voulez, malgré tout, utiliser des lampes pour bronzer, protégez-vous toujours les yeux en portant les lunettes mises à votre disposition par le salon de bronzage.
- Essayez de convaincre vos adolescents de ne pas fréquenter les salons de bronzage.

Pour plus d'information, communiquez avec le Bureau de la radioprotection, Santé Canada, au (613) 954-6699. <http://www.hc-sc.gc.ca/rpb>

Pour commander d'autres copies : par téléphone (613) 954-0609, par télécopieur (613) 941-8632, par courrier électronique : [eh\\_publishing@hc-sc.gc.ca](mailto:eh_publishing@hc-sc.gc.ca)

