09 JUILLET 2025

# Protéger la peau des enfants du soleil : un enjeu de santé publique

**La Société Française de Dermatologie Pédiatrique (SFDP) alerte sur l'importance de protéger la peau des plus jeunes face aux dangers invisibles des UV : un coup de soleil avant l'âge de 15 ans double quasiment le risque de développer un mélanome à l'âge adulte[1].**

Chaque été, la peau des enfants est exposée à des rayons UV agressifs. Pourtant, quelques gestes simples peuvent prévenir des risques graves, dont certains cancers de la peau, à l'âge adulte. La Société Française de Dermatologie Pédiatrique appelle à la vigilance à l'approche des vacances.

Le Docteur Stéphanie Mallet, dermatologue-pédiatre au CHU la Timone à Marseille et Vice-Présidente de la Société Française de Dermatologie Pédiatrique rappelle que les expositions solaires précoces laissent une empreinte durable sur la peau, souvent à l'origine de nombreuses lésions précancéreuses, voire de cancers cutanés, des années plus tard. Il est donc essentiel de protéger la peau dès le plus jeune âge.

## La peau des enfants plus vulnérable que celle des adultes

La peau des enfants est plus fine, plus perméable et ses mécanismes de défense face aux UV sont encore immatures. De plus, 50 % de la dose totale d'UV reçue au cours d'une vie est accumulée avant 20 ans[2]. C'est pourquoi les professionnels de santé, les enseignants et les parents ont un rôle essentiel à jouer dans l'éducation solaire des plus jeunes. Cela passe aussi par des outils pédagogiques, des campagnes de prévention adaptées et une sensibilisation à l'école.

## Les bons réflexes à adopter pour éviter les coups de soleil

La photoprotection ne repose pas uniquement sur la crème solaire. Elle s'articule autour de trois piliers essentiels :

**Les vêtements**

t-shirts à manches longues, chapeaux à larges bords, lunettes de soleil certifiées anti-UV ;

**Les comportements**

éviter les expositions entre 12h et 16h, rechercher l'ombre, ne jamais exposer un bébé au soleil ;

**La crème solaire**

SPF 50+ à large spectre UVA/UVB, résistante à l'eau, appliquée 20 minutes avant l'exposition et renouvelée toutes les deux heures.

> *« La crème solaire est souvent perçue comme une autorisation à s'exposer plus longtemps, ce qui est une erreur. Elle vient en complément des autres mesures, sans jamais s'y substituer »,* **insiste le Dr Stéphanie Mallet.**

[1] Gandini S, Sera F, Cattaruzza MS, et al. Meta-analysis of risk factors for cutaneous melanoma: I. Common and atypical naevi. Eur J Cancer. 2005;41(1):28-44. DOI: 10.1016/j.ejca.2004.10.015.

[2] Parisi AV, Meldrum LR, Wong JC, Aitken J, Fleming RA. Effect of childhood and adolescent ultraviolet exposures on cumulative exposure in South East Queensland schools. Photodermatol Photoimmunol Photomed. 2000 Feb;16(1):19-24. doi: 10.1034/j.1600-0781.2000.160106.x. PMID: 10721860.

## Les enfants à risque qui nécessitent une photoprotection « maximale »

Certaines situations exigent une vigilance renforcée :

- Les enfants atteints de photodermatoses (lucite, urticaire solaire, albinisme, Xeroderma pigmentosum…),
- Les enfants sous immunosuppresseurs (greffés ou atteints de maladies inflammatoires chroniques par exemple),
- Les enfants porteurs de nævus (« grain de beauté ») congénitaux géants (> 40 cm chez l'adulte) ou multiples, très nombreux nævus atypiques (souvent > 50) ou des antécédents familiaux de mélanome (nævus cancéreux).

Dans ces cas, une photoprotection dite « intensive » ou « maximale » est indispensable et doit faire l'objet d'un accompagnement individualisé, impliquant parents, écoles et professionnels de santé.

> *« Trop souvent, un teint bronzé est encore vu comme un signe de bonne santé, de bonne mine »,* **regrette le Dr Stéphanie Mallet.** *« Il faut déconstruire cette idée reçue et valoriser la peau protégée. »*

## Vrai / Faux - Ce qu'il faut vraiment savoir sur la crème solaire

### FAUX La crème solaire permet aux enfants de rester plus longtemps au soleil

Elle ne doit jamais être une excuse pour prolonger l'exposition. Son rôle est de limiter les dégâts, pas d'annuler les risques.

### FAUX Sous un parasol ou par temps nuageux, mon enfant est protégé

Jusqu'à 80 % des UV peuvent traverser les nuages. De plus, le sable, la mer ou la neige réfléchissent fortement les UV.

### FAUX Le bronzage protège la peau de mon enfant

Le bronzage est une réaction de défense à une agression. Il indique que la peau a subi un traumatisme. Il ne remplace pas une protection solaire.

### FAUX Il existe des écrans "totalement" protecteurs

Aucun produit solaire ne bloque 100 % des UV. Le terme "écran total" est désormais interdit. Un SPF 50+ laisse passer environ 2 % des UVB.

### FAUX Tous les produits "solaires" protègent du soleil

Attention à ne pas confondre produits de protection solaire (avec SPF indiqué) et produits "solaires" (huiles bronzantes, après-soleils…) sans effet protecteur.

### VRAI La crème solaire doit être réappliquée régulièrement

Toutes les deux heures, et après chaque baignade, séchage ou transpiration importante.

## À propos de la Société Française de Dermatologie Pédiatrique (SFDP)

La Société Française de Dermatologie Pédiatrique (SFDP) est un groupe thématique de la Société Française de Dermatologie, composé de plusieurs membres et membres associés et d'un conseil d'administration de 12 membres élus. Ses missions sont de :

- Former les jeunes médecins à la dermatologie pédiatrique via un diplôme inter-universitaire et de nombreuses sessions de formation continue dans toute la France.
- Promouvoir la recherche clinique en dermatologie pédiatrique via le Groupe de Recherche de la SFDP (GRSFDP). Une de nos perspectives prioritaires est de développer la recherche participative, intégrant à toutes les étapes des projets des patients ou aidants. Nous avons aussi pour ambition d'accroître nos collaborations internationales.
- Faciliter les échanges entre professionnels de santé autour de la dermatologie pédiatrique afin d'améliorer la prise en charge des enfants atteints de maladies cutanées.

## À propos de la Société Française de Dermatologie et de pathologie sexuellement transmissible (SFD)

La Société Savante, créée en 1889 et association reconnue d'utilité publique, a pour mission la promotion des actions de santé publique, de prévention et d'éducation dans tous les domaines de la dermatologie que ce soit à travers le soutien de la recherche médicale, le développement de la formation continue ou l'évaluation des soins.

Pour amplifier son soutien à la Recherche, le Fonds de dotation de la SFD permet par ailleurs de lever des fonds pour subventionner des projets de recherche chaque année, dans des domaines très divers comme la génétique, l'oncologie, les maladies inflammatoires chroniques, les maladies rares ou encore les médicaments innovants et l'amélioration de la qualité de vie des patients atteints de maladies dermatologiques.

La SFD a aussi pour objectif d'informer le grand public sur la dermatologie, ses maladies et leurs traitements en particulier afin d'améliorer les prises en charge.

Plus de 2500 dermatologues et internes sont membres de la SFD qui est gérée par un Conseil d'Administration comprenant paritairement des dermatologues libéraux, hospitaliers et hospitalo-universitaires, renouvelés par tiers chaque année.

**MAISON DE LA DERMATOLOGIE**

10 cité Malesherbes - 75009 Paris
Tél. : 01 43 27 01 56
E-mail : **secretariat@sfdermato.org**

Site SFD : **www.sfdermato.org**
Site grand public : **www.dermato-info.fr**
Presse SFD : **presse@sfdermato.org** - Tél. : 06 07 76 82 83