

SANTÉ

Une appli pour bien s'informer sur les UV

Acteur historique de la prévention contre les dangers du soleil, l'association La Sécurité Solaire lance avec Météo France une application communiquant les prévisions quotidiennes des indices UV à La Réunion. Une première outre-mer.

Si le soleil est bon pour le moral et l'apport en vitamine D notamment, une exposition mal calculée peut aussi être source de bien des maux, cataractes et cancers de la peau en tête. En particulier sous nos latitudes tropicales, plus proches de l'astre solaire.

Aussi, à l'approche de l'été austral, l'association La Sécurité Solaire vient rappeler les bonnes pratiques en matière d'exposition au soleil, en même temps qu'elle met à disposition un nouvel outil pour bien s'informer des indices UV à La Réunion.

Développée avec Météo France, l'application Météo UV (ou le site www.soleil.info) va ainsi indiquer de façon quotidienne les prévisions d'indice UV pour une douzaine de localisations de l'île, sur le littoral et dans les hauts, pour la période de la journée proche du zénith: 11h-13h en hiver, 9h-15h en été et 10h-14h durant les intersaisons.

La prévision s'accompagne de l'info conseil du jour. Un simulateur permet également, pour un type de peau donnée, de calculer le temps d'exposition se traduisant en « doses coup de soleil » selon l'indice UV du moment.

Alors que le dispositif existe déjà depuis plusieurs années

pour la France hexagonale, La Réunion est le premier territoire ultramarin à bénéficier de ce service de modélisation intégrant les paramètres de latitude, d'altitude, d'épaisseur de l'atmosphère et de la couche d'ozone, de nébulosité (présence de nuages) ou encore de quantité d'aérosols dans l'air.

« Le choix de commencer par La Réunion s'explique parce que c'est un département d'outre-mer très peuplé, avec une forte exposition au soleil et une population avec des types de peau très divers, dont beaucoup de sensibles » explique Pierre Césarini, directeur de La Sécurité Solaire.

Des pièges à éviter

Au volcan, par une journée d'été sans nuages, l'indice UV peut atteindre les 18 ou 20 points. Certes loin du record mondial à 43 mesuré dans les Andes, mais déjà bien au-delà des 11 points qualifiés de rayonnement « extrême ». Un seuil que La Réunion dépasse quasiment toute l'année quand le soleil est à son zénith, y compris sur le littoral. Fondée en 1994, l'association agréée par le

ministère de la Santé et centre collaborateur de l'OMS intervient depuis plus de dix ans à La Réunion, où elle forme également des enseignants à relayer les messages de prévention auprès des élèves. 2 500 ont été destinataires de guides pratiques, et plus de 200 mettent en œuvre des actions dans les classes de l'île.

Assurer la prévention en milieu scolaire, populariser la consultation de l'indice UV et sensibiliser les entreprises qui emploient des travailleurs en extérieur, telles sont les missions de La Sécurité Solaire. L'enjeu est important: « En France, on compte 2 000 morts par an d'un cancer du mélanome et 18 000 nouveaux cas chaque année. Et les courbes sont en hausse car les gens s'exposent de plus en plus », rappelle Pierre Césarini.

Localement, l'association estime que deux tiers des personnes à peau sensible développent un cancer de la peau (carcinome ou mélanome) lié au soleil. « C'est à l'image de ce qu'on peut voir en Australie avec des conditions similaires, et où les dangers de l'exposition au soleil sont le sujet de santé n° 1 », souligne le porte-parole. À La Réunion, les pièges à éviter sont



En zone tropicale, La Réunion est soumise à des rayonnements UV extrême tout au long de l'année. (Photo d'archives Fabrice Wislez)

multiples. « L'indice UV n'a rien à voir avec la sensation de chaleur, c'est la position du soleil dans le ciel qui importe », rappelle Pierre Césarini.

Le vent, le frais dans les Hauts, autant de facteurs qui jouent sur le « ressenti » et font oublier le rayonnement potentiellement nocif des UV. « Quand on interroge les gens, on voit bien que les plus grosses brûlures surviennent lors d'une activité plein air en montagne ou par temps frais, quand des facteurs réduisent la sensation de chaleur. Le risque augmente quand la température est trop clémente », conclut le directeur de La Sécurité Solaire. Sébastien GIGNOUX

Comment se protéger du soleil ?

Petit rappel des mesures de précautions à prendre face au soleil et au rayonnement UV. D'abord, éviter les heures dangereuses. En s'informant donc de l'indice UV selon les heures, mais avec aussi quelques observations de base: si mon ombre et plus courte que moi, c'est que l'exposition est très forte. Ensuite, rechercher l'ombre: toiture, arbre, parasol... Si l'on doit s'exposer, privilégier une protection textile avec des vêtements clairs (le blanc réfléchit la lumière), amples et couvrants. Le débardeur est à proscrire! Chapeaux et lunettes de

soleil (catégorie 3 au moins) sont vivement recommandés. À la plage, et en cas de baignade, pensez à un vêtement de bain en fibre synthétique (polyester, lycra...). Car un vêtement en textile classique devient transparent dans l'eau et laisse passer les UV. Enfin, en complément vient la crème solaire. Un indice de protection inférieur à 15 est inutile, prendre plutôt du 30 voire du 50. Pas la peine de tartiner en couche épaisse, mais renouveler au moins toutes les deux heures et en cas de transpiration, baignade ou séchage avec une serviette...

OUVERTURE DU 11^e CONGRÈS DE CANCÉROLOGIE DEMAIN À LA SALINE

« Vers une montée en puissance de la participation aux essais cliniques »

Le Dispositif spécifique régional du cancer (DSRC) de La Réunion Oncorun organise à partir de demain le congrès de cancérologie Oncotom. Une trentaine de spécialistes de métropole et de l'Outre-mer se retrouvent durant 4 jours à la Saline pour échanger sur les nouvelles techniques aux bénéfices des patients.

« Ce congrès dès la première journée mercredi comporte une session sur l'innovation et la recherche à La Réunion. Une avancée qui permet la mise en place des techniques innovantes de traitement sinon les patients partaient en métropole. Grâce aux nouvelles techniques de radiothérapie, à allo greffe moelle osseuse, les patients ne partent pratiquement plus pour se soigner », témoigne le D^r Élisabeth Pérez, onco-hématologue au CHU quand on l'interroge sur l'enjeu pour les patients de ces journées scientifiques. Le médecin qui souligne encore le grand changement de la situation entre son arrivée dans l'île il y a 30 ans et celle d'aujourd'hui.

Ainsi grâce notamment aux passerelles patiemment élaborées entre les sociétés savantes notamment au travers de ces congrès, « les patients ne partent plus pour se faire soigner, on peut leur offrir les mêmes chances ici. Une offre de soins quasi identique et même meilleure que dans certaines campagnes métropolitaines les plus reculées. »

Plus de 30 oncologues participent à compter de demain à la Saline au congrès qui s'étale sur 4 jours. Des spécialistes de l'Hexagone, de Guadeloupe, Guyane et Mayotte seront aux côtés des mé-



Tous cancers confondus ce sont 25 à 30 essais auxquels pourraient prendre part les patients de l'île. (Photo d'archives Raymond Wae Tion)

decins de l'île. Au programme des 11 sessions prévues, une cinquantaine de sujets et un état des lieux de la cancérologie Outre-mer. En tout cas des spécificités « réunionnaises » qui tendent à se lisser selon le D^r Pérez.

« Il y a encore quelques années il y avait plus de cancers du col de l'utérus à La Réunion qu'en métropole, c'est moins le cas, comme en métropole le cancer le plus fréquent chez les femmes est le cancer du sein. En lien, avec l'alcool et le tabac, les

cancers ORL sont importants chez les hommes. Ce n'est pas propre à La Réunion, c'est un mal très français. Et l'on a de plus en plus de femmes puisqu'elles sont plus nombreuses à fumer », constate la présidente d'Oncorun.

« Soigner l'individu dans sa globalité »

Le congrès Oncotom existe depuis 20 ans, il ne s'était pas tenu depuis 10 ans à La Réunion. Cette

11^e édition est soutenue par l'ARS, l'Agence régionale de santé et l'INCa, l'Institut national du cancer. Ce 11^e congrès Oncotom est présidé par l'oncologue radiothérapeute de la clinique de Sainte-Clotilde Mickaël Bègue. Des journées scientifiques auxquelles sont associés les laboratoires. Des résultats d'essais cliniques vont être examinés.

Le réseau de cancérologie à La Réunion avec le Dispositif spécifique régional du cancer de La Réunion travaille à la « montée en



Le D^r Élisabeth Pérez, onco-hématologue au CHU, et présidente d'Oncorun.

puissance de la participation des patients aux essais. Grâce aux sociétés savantes et avec les industries pharmaceutiques, les Réunionnais vont pouvoir entrer dans un programme et bénéficier d'un traitement hautement innovant L'INCa voudrait y inscrire au moins 20% des patients Outre-mer sachant que cela revient plus cher puisqu'il y a un surcoût pour faire venir les médicaments à La Réunion », explique Élisabeth Pérez.

Tous cancers confondus ce sont 25 à 30 essais auxquels pourraient

prendre part les patients de l'île, « cela se fait de plus en plus et se fera de plus en plus », insiste l'onco-hématologue. Des perspectives qui soutiennent « la dynamique des équipes, la priorité reste de soigner l'individu en tant qu'être humain avec un travail de plus en plus en réseau entre la ville et l'hôpital pour densifier la prise en charge du patient dans sa globalité », déclare la présidente d'Oncorun.

Martine SALAMA-HOAREAU