

6 types de peau

Quel est le vôtre?
www.typedepEAU.ch

La Suisse fait partie des dix pays du monde où le taux de cancer de la peau est le plus important.

PEAU Quelle crème solaire

Les filtres anti-UV sont indispensables à la peau fragile des enfants. Choisissez les meilleurs produits, ils ne coûtent pas plus cher!

HUMA KAMIS

Les écrans sont à cran. Sur onze crèmes solaires pour enfants, cinq ne remplissent pas les exigences de la commission européenne relative aux produits de protection solaire: Lovea Kids, un produit s'affichant bio, n'assure pas le facteur de protection annoncé sur son étiquette. Deux des protections n'assument pas leur filtre UVA: Coop Jamadu et Sherpa Tensing Kids 50. Ce dernier échoue aussi à l'épreuve de l'eau, de même que Nivea Spray coloré et Dalyong Kids. Heureusement, les six autres crèmes en test répondent aux attentes.

Aucun filtre ne protège à 100%

Une crème solaire doit avant tout filtrer les rayons du soleil qui arrivent sur la peau. Différents types de filtres, chimiques ou minéraux, sont utilisés et parfois même combinés dans un même produit. Leur efficacité est démontrée, cependant, il est important de savoir qu'aucun filtre ne protège à 100%. L'indice de protection affiché sur un produit s'exprime en facteur de protection solaire (FPS ou, plus couramment, SPF) et fait référence aux rayons UVB du soleil filtrés. A titre d'exem-

ple, un SPF 30 laisse passer 3,33% des rayons UVB et est considéré comme une protection haute. Un filtre affichant une protection de 50 laisse passer 2% des rayons UVB. En somme, la différence entre une protection 30 et 50 est théoriquement minime, et c'est avant tout la fréquence et la quantité de produit utilisée qui influenceront en grande partie sur son efficacité.

Les filtres au laboratoire

Dans la pratique, les fabricants assurent en général un SPF supérieur à celui qui est affiché. En effet, les peaux ne réagissent pas toutes de la même façon, et cette variabilité doit être prise en compte lors de la conception d'un produit. Et c'est le cas de toutes les crèmes que nous avons testées, à l'exception de Lovea Kids bio SPF 30 qui, durant les tests in vivo, ne démontre une protection que de 23,8. Un tel écart étant intolérable, Lovea Kids est pénalisé au classement final.

Depuis 2007, les crèmes solaires doivent également filtrer les rayons

UVA, et les fabricants ont eu jusqu'au début de 2009 pour adapter leurs produits. Concrètement, une crème doit avoir un ratio maximal de 3 entre la protection UVB et UVA. Par exemple, un SPF de 30 assure au minimum une protection de 10 contre les UVA. Coop



270

personnes sont mortes en Suisse
en 2009 du cancer de la peau.

Le bronzage n'est plus à la mode.
L'exposition aux rayons UVB
provoque des mélanomes.

pour protéger les enfants?

Or presque une crème sur deux ne joue pas complètement son rôle.



Jean-Bernard Sieber

Jamadu Kids SFP 30 et le lait de Coop Sherpa Tensing Kids 50 ont échoué à cette épreuve: ils sont également déclassés dans notre tableau.

De nombreux produits revendent une résistance à l'eau. Attention! Cela ne signifie pas que la protection sera assurée après la baignade, mais

pendant celle-ci. Néanmoins, si une crème affiche cette qualité, il doit subsister au moins 50% de la protection initiale après l'action de l'eau. Sur ce critère, trois de nos échantillons pêchent. Sherpa Tensing Kids assure moins de 30% de protection initiale, Daylong Kids fait un peu mieux, mais pas ce qui était attendu, de même que Nivea Sun Spray 30 coloré. C'est la douche froide pour ces marques qui se vantent de leur résistance à l'eau.

Étiquetage et étalage

La meilleure des crèmes solaires ne sert à rien si elle n'est pas appliquée! Et c'est justement sur ce plan que les fabricants expriment toute leur créativité: cette année, les pompes et les sprays sont à la mode, car ils sont censés faciliter l'application. Présence ou absence de parfum, de conservateurs, de formules scientifiques brevetées, tout est bon pour convaincre les parents que leurs enfants ne méritent que le meilleur. Sauf que tout n'est pas permis. Certaines allégations, comme «écran total», sont interdites, car elles donnent un faux sentiment de sécurité. Par ailleurs, d'autres men-

tions sont obligatoires, comme les instructions. Tous les produits s'en sortent plutôt bien, mais de nombreuses marques restent parfois vagues dans la quantité et la fréquence d'utilisation.

Des produits confortables

Notre laboratoire a demandé son avis à un panel de volontaires sur le confort des produits. Bonne surprise, aucune des protections n'a rebuté les utilisateurs. Le lait protecteur de Vichy remporte toutefois la manche, son apparence, sa consistance et l'impression laissée sur la peau ont particulièrement été appréciées. Quant aux parfums, ce sont ceux de Sunlook et du lait Nivea 50 qui ont flatté les narines des testeurs.







H. K.

Du soleil et des nanos

De plus en plus de fabricants utilisent le dioxyde de titane de taille nanométrique comme filtre solaire. Avantage, les particules étant extrêmement petites, elles ne laissent pas de film blanc sur la peau, et les produits sont agréables à appliquer. Les études scientifiques démontrent son efficacité en tant qu'écran solaire. Mais des inquiétudes subsistent parfois quant à sa faculté de passer la barrière de la peau. A l'heure actuelle, les données scientifiques montrent que ces nanoparticules ne pénètrent pas dans la peau saine. Dans tous les cas, cela ne doit pas empêcher l'utilisation d'une crème solaire. A titre d'exemple, parmi les meilleurs produits de notre test, Sunlook ne contient pas de dioxyde de titane, alors que Vichy, si. Les deux produits étant d'une efficacité semblable, c'est à l'utilisateur de choisir. Lovea Kids s'affiche comme un produit bio, certifié par un label indépendant, Ecocert. Problème, le même produit se vante d'utiliser le ZinClear, un filtre d'oxyde de zinc de taille nano et breveté, déconseillé par la commission européenne. De son côté, le fabricant affirme ne pas utiliser de nanoparticules dans son produit. Quoi qu'il en soit, l'oxyde de zinc, même non nano, doit faire l'objet d'une déclaration aux autorités en Suisse.

H. K.

CRÈMES SOLAIRES POUR ENFANTS

						
<ul style="list-style-type: none"> ● très bon ● bon ■ satisfaisant ▲ peu satisfaisant ▲ insuffisant n.i. non indiqué <p>* Ce critère n'a pas de poids dans l'évaluation finale. En revanche, si le produit revendique une résistance à l'eau et qu'il ne passe pas cette épreuve, il est pénalisé dans l'appréciation globale.</p> <p>¹ D'après le fabricant, la prochaine série de ce produit sera révisée et, si nécessaire, adaptée aux progrès techniques.</p>	SUN LOOK <i>Kids sun spray 30 High</i>	EUCERIN SUN <i>Kids sun spray 50+</i>	VICHY <i>Capital soleil Lait protecteur SPF30</i>	NIVEA SUN <i>sun lotion de soin 50+</i>	YVES ROCHER <i>Protectyl Végétal Sonnenschutz-Milch Kinder LSF 30</i>	VICHY <i>Capital soleil spray multiposition 30</i>
PRIX INDICATIF	18 fr. 50	35 fr. 80	36 fr.	21 fr. 90	23 fr. 95	36 fr.
PRIX INDICATIF AU LITRE	74 fr.	179 fr.	120 fr.	109 fr. 50	159 fr. 67	180 fr.
QUANTITÉ (ML)	250	200	300	200	150	200
CONDITIONNEMENT	flacon pompe	flacon pompe	tube	bouteille	bouteille	spray
FACTEUR DE PROTECTION SOLAIRE (UVB) ANNONCÉ / MESURÉ	30 / 48,6	50+ / 120	30 / 37,4	50+ / 80,9	30 / 43,4	30 / 34,5
FACTEUR DE PROTECTION SOLAIRE (UVB) (45%)	●	●	●	●	●	●
PROTECTION CONTRE LES UVA (35%)	●	●	●	●	●	●
RÉSISTANCE À L'EAU (0%)*	●	●	●	●	●	●
QUALITÉS COSMÉTIQUES (15%)	●	●	+	●	●	●
ÉTIQUETAGE (5%)	●	●	+	●	+	+
APPRÉCIATION GLOBALE EN %	72	71	70	69	68	68



CHIGUS

CONSO — MALIN

Certains diront que le destin est gravé dans les lignes de la main. Ce qui est sûr, c'est que l'avenir s'inscrit au fur et à mesure dans la peau des enfants! Le fameux «capital soleil», cher à certains fabricants, existe bel et bien. Chaque fois que la peau subit une agression due aux UV, elle en garde une trace. Ces empreintes s'accumulent jusqu'au moment où les cellules ne parviennent plus à réparer les dommages.

C'est pourquoi les enfants doivent être protégés du soleil. Leur jeune peau est encore en développement, et une exposition inconsidérée risque d'«épuiser» leur capital solaire. Les coups de soleil répétés avant l'âge de 18 ans augmentent le risque de cancer de la peau.

La crème solaire n'est pas l'unique protection, et même en l'absence de coup de soleil, la peau peut subir des dommages. L'OFSP rappelle les gestes de sécurité:

- Restez à l'ombre au moment où le soleil est le plus intense (entre 11 h et 15 h sous nos latitudes). Vous avez oublié votre montre? Regardez votre ombre: si, lorsque vous êtes debout, elle est plus petite que vous, restez à l'abri.
- Les enfants de moins de 2 ans doivent toujours rester à l'ombre. Gare aux réverbérations dues à l'eau, au sable ou à la neige! Les enfants de plus de 2 ans doivent porter des habits couvrant les bras et les jambes, un chapeau et des lunettes de soleil. La crème solaire de catégorie haute ou très haute (affichant un indice de protection de 30 à 50+) doit être réservée aux parties découvertes.
- Pour un adulte, appliquez l'équivalent de 35 ml de produit pour tout le corps (ainsi un flacon de 200 ml doit durer au maximum 6 applications...). Cela représente l'équivalent d'une balle de golf ou de 6 cuillères à café par utilisation.
- Appliquez la crème avant l'exposition, et renouvelez l'application toutes les deux heures, après le bain ou si vous avez transpiré. Et ce même si le ciel est nuageux... car les rayons traversent les nuages.

NIVEA SUN Kids Sun spray 30, coloré	SPIRIG Daylong Kids Aux liposomes pour les peaux sensibles des enfants FPS 30	COOP JAMADU' Spray protecteur kids SFP 30	LOVEA KIDS Bio Spray protecteur hydratant SPF 30	SHERPA TENSING' Lait solaire Kids 50
20 fr. 90	44 fr. 90	14 fr. 50	20 fr. 80	14 fr. 50
104 fr. 50	224 fr. 50	72 fr. 50	166 fr. 40	72 fr. 50
200	200	200	125	200
flacon pompe	tube	flacon pompe	flacon pompe	bouteille
30 / 57,5	30 / 62,7	30 / 43,0	30 / 23,8	50 / 65,5
●	●	●	▲	●
●	●	▲	●	▲
▲	▲	●	●	▲
●	●	●	■	●
●	●	●	●	●
53	52	40	38	20



Jean-Bernard Sieber

Enfants/adultes Quelles différences?

A facteur de protection identique, il n'y a aucune différence entre un produit pour adultes et un produit spécifique pour enfants! Les filtres solaires utilisés sont semblables dans tous les produits. A titre d'exemple, nous avons sorti notre loupe pour observer les listes d'ingrédients du Nivea Kids SPF30 spray coloré et sa version pour adultes. Conclusion, les parfums diffèrent légèrement, et le spray pour enfants contient un colorant bleu qui rend l'utilisation de la crème ludique. La marque Vichy, elle, propose un lait solaire en tube pour enfants et adultes, pratique et en grand format. Ce qui n'empêche pas la firme de proposer également un spray multiposition destiné aux bambins... Simplifiez-vous la vie: une même crème solaire d'indice de protection haute ou très haute et résistante à l'eau peut parfaitement convenir à toute la famille. Vous éviterez ainsi de transporter plusieurs produits à chaque déplacement!

H. K.



Retrouvez des informations complémentaires ainsi que le protocole de test sur www.frc.ch

Roland Charrière, directeur de l'Office fédéral de la santé publique

Quelle est votre réaction à propos des résultats que nous avons obtenus?

Au niveau international, de nombreuses campagnes sur les produits solaires sont effectuées chaque année avec également des résultats plus ou moins semblables. Un test effectué en Suisse en 2006 montrait des résultats bien plus mauvais. Seuls deux produits sur sept assuraient le SFP annoncé. Il est important de souligner que l'on trouve de très bons produits à des prix compétitifs sur notre marché.

Compte tenu de leur importance, les crèmes solaires pourraient-elles être réglementées comme les produits médicaux?

Du point de vue légal, ce sujet est clairement en dehors du champ d'application de la loi sur les produits thérapeutiques. Le domaine des crèmes solaires est réglé en Suisse, comme au niveau international, de manière intégrale avec tous les produits cosmétiques. L'ordonnance sur les produits cosmétiques (OCos) définit clairement les filtres UV qui peuvent être utilisés dans un produit solaire en tenant compte de sa toxicité et de son efficacité. Les filtres UV, chimiques

ou physiques, sont un des moyens de protection indispensables, car ils protègent du rayonnement UV et des effets sanitaires néfastes qui peuvent en découler. La meilleure protection réside dans le choix de filtres UV qui offrent une protection à la fois contre les rayons UVB et UVA. Gardons à l'esprit que la Suisse fait malheureusement partie des 10 pays avec le taux le plus élevé de cancer de la peau dû au soleil. Le bénéfice apporté par les produits contenant des filtres UV dépasse très largement leurs risques potentiels.

La distinction entre un produit pour enfants et pour adultes est-elle nécessaire?

Dans la législation, il n'y a pas de distinction entre des produits solaires pour enfants ou pour adultes. Il y a peut-être une question de marketing, mais également de besoin, car les produits pour enfants doivent souvent combiner un facteur de protection élevé et une très bonne résistance à l'eau. C'est pourquoi les recommandations européennes donnent quelques avertissements concernant les bébés et les jeunes enfants.

H. K.

Gare aux revendications trompeuses!

Ce test a été réalisé en collaboration avec de nombreux membres d'ICRT au niveau européen. Nos confrères danois ont ainsi testé leur star de la crème solaire, Riemann P20 Once a day. Problème, même si ce produit remplit

les exigences, la revendication «Once a day» (une fois par jour) est clairement trompeuse. En effet, aucune protection solaire ne peut assurer une protection durant toute une journée. Nos équivalents danois de Taenk prévoient une ac-

tion contre ce produit qui maintient volontairement la confusion. A noter que cette lotion se trouve fréquemment dans les tax-free shops. Evitez-la... son odeur est insupportable, au dire de notre panel de testeurs!

H. K.



Le sac de plage complet

Une fois la peau protégée du soleil, il faut penser aux autres petits soucis qui peuvent survenir lors d'une chaude journée d'été, en Europe comme sous les tropiques.

Vous avez jeté la crème solaire au fond du sac? Autant dire que vous n'êtes pas encore paré pour une virée à la plage en

famille... Demandez conseil en pharmacie et chez les opticiens pour être sûr que vos enfants soient bien protégés.

HABITS ANTI-UV

Les vêtements de protection solaire laissent passer moins de 2% des rayons UVA et UVB, qu'ils soient mouillés ou secs. C'est ce qu'avait révélé notre test publié en juillet 2008 (FRC Magazine No 10), que vous pouvez relire sur notre site www.frc.ch. La qualité des vêtements s'était révélée bonne, de manière générale. Choisissez-les de préférence bien couvrants, surtout autour du cou, et avec des manches assez longues.



RÉPULSIF ANTI-INSECTES

Dans beaucoup de régions du monde, il est conseillé de se protéger contre les piqûres d'insectes, qui peuvent transmettre certaines maladies. Mais attention: comme l'indiquent certains fabricants, le filtre solaire doit toujours être appliqué avant tout autre produit pour la peau. Il est recommandé d'appliquer le répulsif environ quinze minutes plus tard. L'association de protection solaire et de répulsif peut conduire à réduire significativement l'efficacité des deux produits. Toutefois, c'est dans la soirée que vous risquez le plus d'être piqué, en dehors

des heures les plus ensoleillées.

Renseignez-vous, avant de partir, chez votre médecin, puis sur place.



LUNETTES DE SOLEIL

Vérifiez que le modèle convoité porte la norme européenne EN 1836. Il doit permettre une filtration complète des UV dans les longueurs d'onde dangereuses. Porter des lunettes est particulièrement important pour les enfants, dont les yeux sont plus transparents que ceux des adultes, et donc plus vulnérables aux UV A et B. Les lunettes sont classées en cinq catégories, de 0 (faible absorption de lumière, qui ne protège pas les yeux) à 4 (absorption de lumière de 92 à 97% pour la forte luminosité en montagne). Pour les enfants, préférez les verres gris, qui modifient peu la perception des couleurs, et de catégorie supérieure. Il faut veiller à ce que la lumière ne puisse pas passer par les côtés, et que la monture ne gêne ni le nez ni les oreilles. Un confort maximal doit encourager les enfants à porter leurs lunettes spontanément.

