



**1 HIVER POUR
SAUVER SA PEAU**

COMMUNIQUÉ DE PRESSE
FÉVRIER 2026



Prévention et sensibilisation au dépistage ciblé des cancers de la peau - Hiver 2026

Avec le soutien de :



LA ROCHE POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE



GARE AUX MÉFAITS DU SOLEIL PENDANT LES VACANCES D'HIVER AU SKI !

TOUT SAVOIR SUR LA PROTECTION SOLAIRE AVEC LA CAMPAGNE DE PRÉVENTION DES CANCERS DE LA PEAU

Les méfaits de l'exposition au soleil en hiver sont parfois sous-estimés ou méconnus par les Français. C'est pourquoi le Syndicat National des Dermatologues-Vénéréologues (SNDV) lance pour la quatrième année **une campagne saisonnière de prévention et de sensibilisation au dépistage des cancers de la peau**, en partenariat avec l'Ecole de Ski Internationale (ESI), qui se déroulera **à partir de février 2026**. Faire prendre conscience des **effets du rayonnement solaire en montagne** au plus grand nombre en prodiguant des **conseils de vigilance pour mieux se protéger** et que le soleil reste un ami tel est aujourd'hui l'objectif de cette action de sensibilisation.

LES ULTRAVIOLETS : DES AGRESSEURS INVISIBLES TOUTE L'ANNÉE

Même si le soleil peut participer à une certaine forme de bien-être, **une exposition excessive et inconsidérée aux rayons UV, en été comme en hiver**, peut entraîner de **nombreux risques cutanés (cancers de la peau dont le plus grave est le mélanome) et causer des dommages** au niveau de la plupart des cellules de la peau tels que des **coups de soleil**, un **vieillissement prématuré de la peau**, une **photosensibilisation** ou encore plus.

Chaque année en France, 120 000 nouveaux cas de cancers cutanés sont diagnostiqués, ce qui en fait le cancer le plus répandu et le plus fréquent **chez les adultes âgés de 25 à 50 ans**.



SOLEIL D'HIVER

LES RAYONS UV À LA MONTAGNE SONT TOUT AUSSI NÉFASTES QU'EN ÉTÉ !

Contrairement aux idées reçues, les rayons du soleil ne sont pas moins dangereux pour la peau durant l'hiver. A cette période, les rayons UVB sont plus modérés alors qu'en revanche les rayons UVA, qui sont les plus dangereux, continuent d'être tout aussi présents.

Il est important de rappeler qu'en hiver à la montagne, **plusieurs facteurs amplifient les effets néfastes des UV sur la peau** et augmentent d'autant le risque de cancers cutanés et de vieillissement prématuré :

- **En altitude, l'intensité solaire est plus élevée qu'à basse altitude** car l'atmosphère est plus fine et filtre donc moins le rayonnement solaire. Il faut savoir que la **quantité d'UV augmente de 10% tous les 1 000m de dénivelé***. Ainsi on constate que l'intensité UV est **30% plus élevée en montagne qu'à la plage***.
- La réverbération du soleil sur la neige fraîche **augmente le rayonnement UV jusqu'à 80 %***, contre seulement environ 15% **sur le sable***, 25 % **pour l'écume de mer*** et seulement 10% **pour les pelouses ou le sol***.
- **Le froid à la montagne diminue la sensation de chaleur ressentie** lors d'une exposition au soleil et un sentiment de sécurité face au rayon UV peut s'installer dans l'esprit des Français.



ZOOM SUR LES UV EN MONTAGNE

+10% d'intensité UV tous les 1000m de dénivelé

+30% indice UV à 3000m vs le niveau de la mer

80% de réverbération du soleil sur de la neige fraîche contre :

15% sur le sable **25%** sur l'écume de mer **10%** sur pelouse et sol





PROTECTION SOLAIRE : SE PROTÉGER DU SOLEIL MÊME EN HIVER

En saison froide, notamment à la montagne, il est **primordial de protéger sa peau et d'adopter les mêmes réflexes qu'en été**. Une étape de la routine des vacances au ski encore trop souvent négligée par les Français sous prétexte que le manteau, le pantalon et les bottes de neige protègeraient chaque parcelle de la peau des effets du soleil.

Même si les skieurs portent le plus souvent un casque, un masque oculaire anti-UV et parfois une cagoule protégeant le bas du visage, ils deviennent **plus vulnérables lors des pauses déjeuners en terrasse**. Ils se dévêtissent plus facilement et s'exposent ainsi aux **heures d'ensoleillement maximum** et cumulent alors des **quantités d'UV importantes** avec celles reçues pendant le reste de la journée.

Un autre **risque majeur** est également à souligner pour les **pratiquants de ski de fond ou de promenades en raquettes**, qui négligent le port d'un casque ou d'une cagoule et, **qui exposent ainsi plus largement la peau de leur visage aux rayonnements solaires**.



LES RÈGLES D'OR DE LA PROTECTION POUR UN SÉJOUR AU SKI :



Se couvrir avec des gants, un bonnet et une écharpe.



Porter des lunettes solaires couvrantes pour optimiser la protection des yeux et des paupières (risque de cataracte).



Penser également à protéger les lèvres avec un baume indice SPF 50. Elles sont aussi très exposées en montagne, à cause du soleil, mais aussi du vent et du froid.



Appliquer de l'écran protecteur UVA et UVB (SPF 50 pour les UVB) sur toutes les zones non vêtues et particulièrement exposés au UV : cou, visage, oreilles... et cela même si le temps est couvert puisque les rayons UV traversent les nuages.



Remettre vos protecteur solaire (UVA et UVB) toutes les 2 heures même si ce réflexe est moins spontané à la montagne qu'à la mer.

Quelques précautions supplémentaires :

- **Privilégier les produits solaires adaptés**, qui ont été spécialement conçus pour les conditions atmosphériques en montagne.
- **Continuer à se protéger même quand on est bronzé.**
- Enfin, attention aux coups de soleil du cuir chevelu. **Porter un bonnet, une casquette**, un casque de protection etc...
- **Eviter** dans la mesure du possible **les expositions entre midi et 16h** (heure solaire).



Prévention et sensibilisation au dépistage ciblé des cancers de la peau - Hiver 2026

Avec le soutien de :



UNE CAMPAGNE DE PRÉVENTION MENÉE PAR LES EXPERTS DE LA PEAU

Jusqu'à présent, l'approche préventive s'est toujours focalisée sur les dangers du soleil en été alors qu'ils sont tout aussi nocifs en période hivernale notamment dans les régions enneigées et en altitude. Fort de ce constat, **le Syndicat National des Dermatologues-Vénéréologues (SNDV)** a décidé de mener, en parallèle, **une campagne de sensibilisation sur les risques induits par l'exposition aux UV l'hiver** pour en informer les Français.

Cette 4ème édition se déroulera à **partir de février 2026 dans une trentaine de stations de ski en France, en partenariat avec l'Ecole de Ski Internationale.**



L'objectif : **interpeller les vacanciers, et les riverains, pour délivrer les informations indispensables sur les risques solaires en saison froide** afin de balayer les idées reçues sur l'exposition lors des sports d'hiver.

Cette année pour renforcer cette sensibilisation sur le terrain, **des bornes aux couleurs du SNDV avec de la protection solaire** seront mises à disposition dans ces stations de ski en partenariat avec **1001 SUN'BOX**.

Les moniteurs de ski seront les **principaux acteurs sur le terrain** et seront en première ligne pour faire rayonner cette campagne auprès d'un public ciblé. Ils véhiculeront ainsi les **messages clé de prévention solaire et les bons gestes à adopter en station**, pour le public et les écoles présentes, en ouvrant le dialogue, en distribuant des flyers, des échantillons de protection solaire, et en affichant des posters pédagogiques et ludiques.

A propos du SNDV

Fondé en 1928, le Syndicat National des Dermatologues-Vénéréologues (SNDV) est la plus importante des organisations de dermatologie en France qui regroupe 1720 dermatologues libéraux et hospitaliers. Il a pour principales missions l'unité et la représentation de la spécialité, le respect des principes de l'éthique médicale, l'organisation de la formation médicale continue. Il formule des propositions socio-économiques auprès du ministère de la santé et des caisses d'assurance-maladie pour optimiser la qualité des soins en dermatologie.

Le rôle du SNDV est également de promouvoir, et défendre si besoin, la spécialité dans sa globalité auprès des dermatologues et du grand public. Ainsi depuis 24 ans, il organise les campagnes de prévention aux UVA et UVB, naturels et artificiels.



Contacts presse :

SNDV :

Thibault Moulin | Tél : 07 56 38 97 60 | Mail : thibault.moulin@sndv.org

Agence MCS COM :

Sandra Bozzi | Tél : 06 17 60 22 50 | Mail : sbozzi@mcscom.fr