

## AVEC LE RETOUR DU SOLEIL, QUELQUES CONSEILS POUR PRÉVENIR LE MÉLANOME LE VRAI OU FAUX DE LA PROTECTION DE LA PEAU

Bruxelles, le 12 juin 2023 - Avec l'apparition des premiers rayons du soleil en Belgique ces dernières semaines l'Hôpital Universitaire de Bruxelles, composé de l'Hôpital Erasme, l'Institut Jules Bordet et l'Hôpital Universitaire des Enfants Reine Fabiola (HUDERF) revient sur le b.a.-ba en ce qui concerne le soleil et les conseils en termes de protection. En effet, si le hit-parade de la protection solaire – ombre, vêtements et crème solaire – est connu, il faut aussi les utiliser de la bonne façon.

### La majorité des mélanomes est due au soleil.

**VRAI !** 90% des cas de mélanomes sont dus au soleil. Les peaux claires et présentant de nombreux grains de beauté sont davantage à risque, pensez donc à vous protéger au moyen de crème solaire et en privilégiant des moments d'ombre. De plus, une exposition solaire aigue intermittente, c'est-à-dire une exposition généralement récréative et forte d'une peau qui a peu l'habitude du soleil durant l'année, entraîne un risque accru de mélanome. Sans pour autant s'isoler du soleil, aussi source de vitamine D, pensez que l'excès nuit en tout !

### « Lorsque que je me baigne, crème solaire Waterproof et T-shirt sont mes alliés. »

**VRAI & FAUX !** Un T-shirt est une bonne idée, surtout pour les enfants mais celui-ci doit être prévu pour les baignades. En effet, les T-shirts en coton mouillés laissent passer les UV responsables du mélanome. En ce qui concerne la crème Waterproof, pensez à en appliquer de nouveau après chaque baignade, l'eau de mer et le fait de s'essuyer ont pour effet de retirer la crème justement appliquée. N'oubliez pas les plus jeunes ! En effet, les études montrent que des expositions exagérées d'une peau immature aux rayons du soleil, c'est-à-dire avant 12 ans, augmentent les risques d'avoir un mélanome à l'âge adulte. Apprendre aux jeunes enfants les bons réflexes face au soleil dès le plus jeune âge est déjà une bonne protection pour l'avenir.

### « Si je bronze sans coup de soleil, je ne risque pas le mélanome »

**FAUX !** Certes, les coups de soleil sont un indice clair d'une prise de risque au niveau de la peau. Mais le bronzage est déjà le signe que les cellules ont été endommagées. Si on bronze, c'est que la protection n'était pas suffisante. Et si vous avez déjà été victime d'un sacré coup de soleil dont vous vous rappelez encore, c'est un signe que vos habitudes de protection n'ont pas été suffisantes pour vous protéger efficacement. Privilégiez une crème solaire d'indice 30 minimum, en fonction de votre type de peau.

### La méthode ABCDE

On ne le dira jamais assez, cette méthode de dépistage individuel de tache suspecte sur votre peau permet de détecter précocement le mélanome. Si une tache est asymétrique (A), aux bords irréguliers (B), à la couleur suspecte (C), d'un aspect différent des autres taches et grains de beauté (D) et qu'elle a tendance à évoluer (E), consultez votre médecin généraliste ou votre dermatologue. Un mélanome, s'il est diagnostiqué à un stade précoce, peut être guéri dans près de 100% des cas par une simple intervention chirurgicale ! Mais pour ne pas en arriver là, se protéger des rayons du soleil reste la meilleure prévention.

Une suspicion de mélanome ? Les médecins de l'Institut Jules Bordet, l'Hôpital Erasme et l'HUDERF (H.U.B), vous accompagnent dans votre prise en charge.

Pour prendre rendez-vous :

- Clinique de dépistage de l'Institut Jules Bordet : +32(0)2 541 30 55
- Service de Dermatologie de l'Hôpital Erasme :

Tel.: +32(0)2 555 35 07

Tel.: +32(0)2 555 36 57

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE



E-mail: [Cons.Dermato.erasme@hubruxelles.be](mailto:Cons.Dermato.erasme@hubruxelles.be)

- Le Service de Dermatologie de l'Hôpital des Enfants : +32 (0)2 477 31 69

## CONTACT PRESSE

Responsable presse : Alexandra Cazan  
E-mail : [alexandra.cazan@hubruxelles.be](mailto:alexandra.cazan@hubruxelles.be)  
communication@hubruxelles.be  
Tel : +32 (0)2 541 38 89  
Mob : +32 (0) 493 16 74 79

Chargée presse : Gabrielle Vanhoudenhove  
E-mail : [g.vanhoudenhove@hubruxelles.be](mailto:g.vanhoudenhove@hubruxelles.be)  
communication@hubruxelles.be  
Tel : +32 (0)2 555 83 95

## A PROPOS DE L'HÔPITAL ERASME

L'hôpital Erasme est situé sur le campus hospitalo-facultaire Erasme qui comprend la Faculté de Médecine (plus ou moins 3500 étudiants), la Faculté des Sciences de la Motricité (plus ou moins 1100 étudiants) et l'Ecole de Santé Publique (plus ou moins 600 étudiants).

Ouvert en 1977 et doté aujourd'hui d'une capacité de 1048 lits, l'hôpital accueille annuellement 25.000 à 30.000 patients en hospitalisation et dénombre 350.000 à 400.000 consultations.

Plus de 4.000 membres du personnel, dans 80 métiers différents, contribuent quotidiennement à prodiguer des soins sous le signe de l'ambition, de l'excellence et du bien-être.

La Polyclinique du Lothier et 2 centres extérieurs (le Centre de Traumatologie et de Réadaptation – CTR et le Centre de Revalidation gériatrique – CRG ) complètent l'offre de soins.

[www.erasme.ulb.ac.be](http://www.erasme.ulb.ac.be)

## A PROPOS DE L'INSTITUT JULES BORDET

Centre multidisciplinaire intégré, unique en Belgique, l'Institut Jules Bordet est un hôpital autonome entièrement consacré aux maladies cancéreuses.

Depuis 80 ans, l'Institut Jules Bordet offre à ses patients des stratégies diagnostiques et thérapeutiques à la pointe du progrès pour prévenir, dépister et lutter activement contre le cancer. L'Institut poursuit trois missions : les soins, la recherche et l'enseignement. La réputation internationale de l'Institut attire en ses murs les plus grands experts dans le domaine du cancer. Son esprit d'innovation lui a permis de participer au développement et à la découverte de nouvelles techniques de diagnostic et de traitement majeurs, et ce, dans le but d'en faire bénéficier les patients le plus rapidement possible.

En mai 2018, l'Institut Jules Bordet a reçu officiellement, pour la seconde fois, l'accréditation et la certification de l'OECI (Organisation of European Cancer Institutes) comme « Comprehensive Cancer Centre » (Centre Intégré de Lutte contre le Cancer), un label de qualité réservé aux institutions de soins oncologiques multidisciplinaires intégrant la recherche et la formation. L'Institut Jules Bordet est le seul Comprehensive Cancer Center accrédité en Belgique par l'OECI.

Depuis le 28 novembre 2021, l'Institut Jules Bordet a ouvert les portes de son nouveau bâtiment sur le campus de l'ULB à Anderlecht. 80.000 m<sup>2</sup> entièrement consacrés aux soins de pointe, à la recherche et à la formation en oncologie, mais aussi centré sur le bien-être du patient. Il propose 250 lits d'hospitalisation et 43 places d'hospitalisations de jour.

L'Institut Jules Bordet fait également partie du H.U.B, Hôpital Universitaire Bruxellois, qui regroupe l'Hôpital Erasme, l'Institut Jules Bordet et l'HUDERF. Ce groupement hospitalier universitaire de réputation internationale, garantit notamment grâce à de nouveaux investissements, des soins de grande qualité accessibles à tous ainsi que l'excellence de la recherche et de l'enseignement.

[www.bordet.be](http://www.bordet.be)

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE



## À PROPOS DE L'HÔPITAL UNIVERSITAIRE DES ENFANTS REINE FABIOLA

L'Hôpital Universitaire des Enfants Reine Fabiola (HUDERF) est le seul hôpital belge exclusivement dédié aux enfants et aux adolescents. En mettant tout en œuvre pour le bien-être de l'enfant, notre hôpital contribue à ce qu'il soit acteur de son propre développement et s'épanouisse dans la société.

L'hôpital a pour missions :

- De soigner et d'accompagner l'enfant, l'adolescent et ses proches, par une prise en charge globale, multidisciplinaire, humaniste et d'excellence.
- D'assurer un enseignement et une recherche de haut niveau par une démarche continue d'innovation et de développement des connaissances.
- De contribuer activement à l'éducation à la santé.

L'HUDERF en chiffres : 183 lits, près de 135.000 consultations, plus de 36.000 admissions aux urgences et plus de 41.000 journées d'hospitalisation par année. Plus de 3700 interventions sont réalisées au sein du quartier opératoire chaque année. Plus de 1000 personnes y travaillent aujourd'hui, ce qui représente 750 ETP (équivalents temps plein) dont 170 ETP médecins (52,5 ETP post gradués) et 440 ETP soignants et paramédicaux.

[www.hudorf.be](http://www.hudorf.be)

## A PROPOS DE L'H.U.B

L'Hôpital Universitaire de Bruxelles (H.U.B) est l'Hôpital Académique de l'Université Libre de Bruxelles (ULB) qui regroupe l'Institut Jules Bordet, l'Hôpital Erasme et l'Hôpital Universitaire des Enfants Reine Fabiola (HUDERF) depuis 2021.

En tant que centre de référence de niveau international, implanté au cœur de la région bruxelloise, l'H.U.B propose des soins généraux, oncologiques et pédiatriques de grande qualité.

Ces soins d'excellence, accessibles à toutes et tous, sont enrichis et nourris par une double démarche de recherche scientifique et d'enseignement pour les soignants de demain.

En 2022, l'H.U.B se compose de plus de 6000 collaborateurs qui portent les valeurs suivantes : Intérêt du patient, Respect, Engagement, Solidarité, Diversité et Inclusion et Libre examen.

[www.hubruxelles.be](http://www.hubruxelles.be)