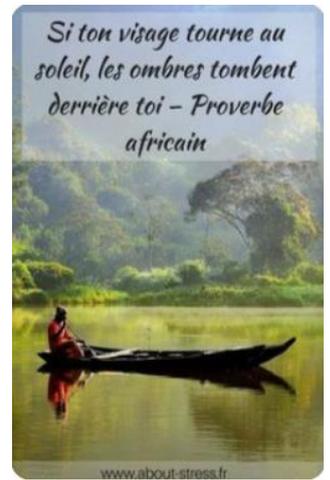




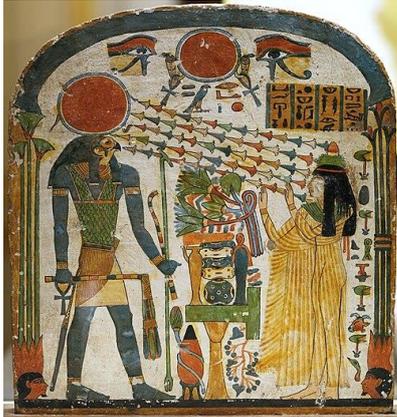
S'INFORMER

OH SOLEIL, SOLEIL !

« Quand le ciel sera moins gris, tu me tendras les bras
Un jour comme un ami, tu nous reviendras ! »
Une chanson de Nana Mouskouri dans les années 70



Pour les Egyptiens, le dieu-soleil Rê est le créateur de l'univers.



Rê bénissant de ses rayons une femme qui le vénère.

Bien vu, c'est grâce à ses radiations que les plantes vertes libèrent l'oxygène captent le CO2 permettant la synthèse de la matière organique.

Sans lui, pas de chaînes alimentaires, ni de biodiversité aussi variées.

Parmi ces radiations, il y a les UV : les ultra-violet.

Ce rayonnement invisible à l'œil nu a une fréquence plus élevée que celle des rayons X, traverse l'atmosphère même par temps froid ou nuageux, est réfléchi par l'eau, la neige, le sable, l'herbe, les surfaces claires.

Les UV participent à la dépollution de l'air et de l'eau, en cassant de nombreux composés organiques ou chimiques : c'est la photodégradation. Les UV nous font bronzer

sont nécessaires à petites doses régulières pour la production de vitamine D.



MAIS

à haute dose, ils sont dangereux car ils produisent des mutations dans les cellules : cancers tels le mélanome, vieillissement accéléré de la peau : rides, brûlures : coups de soleil, opacification du cristallin : cataracte.



AGIR



Il faut se protéger !



Même les plantes le font, comme ce *Rheum nobile*.
Poussant à très haute altitude,
il est particulièrement exposé aux UV.
Son invention, le capuchon de feuilles
translucides et réfléchissantes pour s'en protéger.



Nous aussi avons quelques moyens.

Plus ou moins sûres : les crèmes solaires

Indices allant de 6 à 50+.

Avec une crème indice 10, la quantité d'UV transmise sera de 1/10, soit 10 % .

UV pris en compte : les UVB responsables des coups de soleil.

La réglementation impose depuis 2006 que les crèmes protègent aussi
contre les UVA, impliqués dans les cancers, avec un rapport de 1 à 3.

Une crème indice 30 doit garantir une protection contre les UVA d'indice 10.

Malheureusement, comme le montrent les tests de l'UFC Que choisir
la protection contre ces deux types d'UV n'est pas toujours conforme à l'indice affiché !

Autre souci, la présence de **nanoparticules**. Les étiquetages **ne sont pas fiables**, car elles n'apparaissent que
rarement, **contrairement à la réglementation**. « Il est important de noter que l'évaluation des nanomatériaux
en général souffre encore d'importantes lacunes dans les connaissances. Il y a aussi des incertitudes quant à
la validité des tests utilisés. » Comité scientifique pour la sécurité des consommateurs (SCCS)

La toxicité par inhalation est d'ailleurs une des préoccupations majeures,
leur taille leur permettant de **pénétrer très profondément dans le système respiratoire**
et de passer dans le sang via les alvéoles pulmonaires... Et là, on ne sait pas très bien ce que le corps en fait...

Rajoutons que, tourisme de masse aidant, les filtres chimiques,
relargués en quantité dans la mer lorsque nous nous baignons, sont **très**
toxiques pour les algues dont dépend la survie des coraux. L'utilisation
généralisée des crèmes solaires accentue le phénomène de blanchiment
des coraux, synonyme de mort.



Voilà, voilà...donc, donc, donc...



La meilleure protection :
des vêtements couvrants, des chapeaux, des lunettes de soleil,
pas d'exposition entre 12h et 16h (heures solaires réelles !)

Et dire qu'il y en a
qui savaient déjà cela en 1890...
Et que nous les trouvons
totalement ridicules...

