



# Crème solaire : méfiez-vous de certains ingrédients

Une étude vient de montrer qu'un ingrédient fréquemment utilisé dans les produits solaires pourrait augmenter le risque de cancer de la peau. Quel est le nom de cet additif ? Et plus généralement, quels sont les ingrédients à éviter et ceux à privilégier lorsque l'on achète un produit solaire ?

## La crème solaire est-elle dangereuse ?

Comble de tout, alors que la crème solaire est censée nous protéger du cancer de la peau, on découvre qu'un des ingrédients utilisés dans leur formulation peut favoriser le développement d'une tumeur cutanée lorsqu'il est exposé aux UV !

Il s'agit du rétinyl palmitate (un dérivé du rétinol, vitamine A) que l'on retrouve dans de nombreux produits cosmétiques (crèmes antirides, baumes pour les lèvres, gels coiffants, laits corporels... et crèmes solaires) en raison de ses propriétés antioxydantes.

Or exposé aux UV, ce composé a été associé à un risque accru de tumeur chez des souris. Reste à prouver qu'il se passe la même chose chez l'homme. Mais en attendant, mieux vaut être prudent et écarter cette substance des cosmétiques. À l'approche des grandes vacances, c'est d'ailleurs l'occasion de lister les ingrédients les plus sûrs, **car pas question de se passer de crème solaire !**

### Ingrédients à éviter

- Rétinyl palmitate
- Oxybenzone
- Octyl-méthoxycinnamate (OMC)
- 4-méthylbenzylidène camphre (4-MBC)

### Ingrédients à privilégier

- Parsol 1789 (ou avobenzone)
- Octocrylène
- Mexoryl (SX et XL)
- Tonosorb (ou bemotrizonol)

## Méfiez-vous du FPS

Le FPS ou indice de protection solaire supérieur à 50 n'existe pas ! Les tests n'ont jamais montré d'efficacité supérieure au-delà de 50. Ce qui revient à souligner que l'écran total n'existe pas.

Vous devez donc choisir un produit d'indice élevé, mais inutile de dépasser un FPS 50, en appliquer une couche généreuse et la renouveler souvent (baignade, transpiration, serviette...).

Et même avec une crème solaire, il ne faut pas s'exposer plus longtemps, ni aux heures les plus chaudes de la journée. Choisissez un produit qui protège à la fois contre les UVA et les UVB, tous deux dangereux pour la peau.



**À savoir :** le FPS ou indice de protection solaire ne concerne que les UVB. Donc si les produits ne mentionnent pas explicitement la protection contre les UVA, privilégiez ceux indiquant « large spectre ».