BIODERMA

LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

LE GUIDE PATIENT EN PHOTOPROTECTION

NOS CONSEILS POUR BIEN SE PROTÉGER DU SOLEIL

NAOS ECOBIOLOGY | AU CŒUR DE LA DERMATOLOGIE

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

PROTECTION SOLAIRE : LES BONNES PRATIQUES

1

Éviter le soleil de 12 h à 16 h et privilégier le port d'un chapeau.

Appliquer une protection solaire à **renouveler toutes les 2 h.**

2

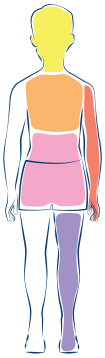
Éviter l'exposition directe au soleil des enfants. **Protéger les enfants avec des vêtements adaptés (chapeau/casquette, lunettes, t-shirt anti-UV...).**

Veiller à ne pas exposer les nourrissons.

3

Il est essentiel de se protéger du soleil en toutes circonstances, même lors de journées nuageuses, ventées ou en hiver, car 80 % des rayons UV traversent les nuages et peuvent atteindre la peau.

4 **LA BONNE QUANTITÉ À APPLIQUER**



Pour toute la famille !

- Devant & derrière
- Devant & derrière
- Devant & derrière
- Chaque bras
- Chaque jambe

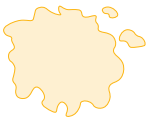
À ne pas oublier :

1. Oreilles
2. Nuque
3. Mains
4. Pieds
5. Pli des genoux
6. Bas du torse
7. Crâne pour les chauves

MES GRAINS DE BEAUTÉ : COMMENT LES SURVEILLER ?

Pour détecter précocement un éventuel cancer de la peau (mélanome), **JE VÉRIFIE RÉGULIÈREMENT L'ÉTAT DE MES GRAINS DE BEAUTÉ À L'AIDE DE LA RÈGLE ABCDE :**

Asymétrie



Bords irréguliers

Couleur inhomogène

Diamètre ≥ 6 mm

- **A symétrie**
- **B ords irréguliers :** bords mal délimités
- **C ouleur inhomogène :** la couleur varie d'une zone à l'autre
- **D iamètre :** ne doit pas dépasser 6 mm
- **É volution :** la taille, la couleur ou la forme de la lésion a changé

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

SÉLECTIONNER LA CRÈME SOLAIRE IDÉALE SELON MON TYPE DE PEAU

Photoprotection adaptée à tous les types de peau, qui protège **contre les dommages induits par les UV, la lumière visible et les infrarouges** tout en offrant une **protection anti-pollution,** pour garder la peau protégée des agressions environnementales.

POUR DES PROBLÈMES DE PEAUX SPÉCIFIQUES

PROTECTION SOLAIRE POUR LES PEAUX À TENDANCE ACNÉIQUE

PHOTODERM AKN MAT

Optez pour des crèmes solaires **non comédogènes** et légères, formulées avec des ingrédients comme l'**acide salicylique** qui aide à prévenir les éruptions, tout en protégeant votre peau du soleil. Cela permet de garder une peau protégée sans obstruer les pores.

PROTECTION SOLAIRE POUR LES PEAUX SUJETTES AUX ROUGEURS

PHOTODERM AR

Privilégier une protection solaire anti-rougeurs. Elle protège efficacement contre les rayons UV tout en **apaisant la peau et réduisant les rougeurs, pour un teint unifié et protégé.**

PROTECTION SOLAIRE POUR LES PEAUX À TENDANCE ALLERGIQUE

PHOTODERM MINERAL

Optez pour une crème solaire à filtre minéral. Ce type de protection, **sans filtres chimiques,** offre une barrière physique contre les rayons UV tout en étant respectueuse des **peaux sujettes aux allergies.**

PROTECTION SOLAIRE POUR L'HYPERPIGMENTATION & LE MÉLASMA

PHOTODERM M

Le choix d'une crème solaire adaptée est crucial pour **prévenir l'aggravation des taches brunes et protéger efficacement la peau de l'hyperpigmentation induite par les UV et la lumière visible/bleue.**