

Baromètre protection solaire FEBEA-Opinionway 2026 **Terrasse, sport, travail en extérieur :** **les UV ne concernent pas que les vacances !**

Mettre de la crème solaire à la plage ou à la piscine reste un réflexe pour une large majorité de Français (71%), bien qu'en recul de 12 points en deux ans selon le baromètre FEBEA-OpinionWay 2026.

Mais dès que l'exposition au soleil sort du cadre des vacances, ce réflexe diminue nettement. Trajets à pied ou à vélo, sport en plein air, jardinage, verre en terrasse, promenade, ou encore activité professionnelle à l'extérieur... autant de situations du quotidien qui peuvent représenter des expositions prolongées ou répétées, encore trop souvent sous-estimées.

La FEBEA souhaite rappeler l'importance de protéger les parties du corps découvertes, dès lors que l'on s'expose au soleil car face aux UV, ce n'est pas seulement le lieu qui compte, mais aussi la durée d'exposition, sa répétition et l'intensité du rayonnement solaire.

Une protection encore trop associée aux vacances

Le baromètre FEBEA-OpinionWay 2026 montre que les comportements de protection restent fortement dépendants du contexte. Lorsque les Français se projettent à la plage ou à la piscine, la crème solaire apparaît comme un geste attendu : **71 % déclarent appliquer une protection solaire dans cette situation.**

Mais dans les situations plus ordinaires, ce réflexe se dilue nettement. Ils ne sont plus que **59 % à appliquer une protection solaire en promenade, 57 % dans un jardin, 53 % lors d'une activité sportive extérieure,** et seulement **44 % en terrasse.**

Cette différence illustre un décalage persistant : lorsqu'on est exposé aux UV, la protection solaire reste encore largement associée aux vacances, alors qu'elle devrait accompagner les expositions extérieures du quotidien, dès lors qu'elles se prolongent ou se répètent.

En terrasse, seuls **44 %** des Français déclarent appliquer une protection solaire

L'enjeu ne concerne pas seulement l'application, mais aussi le bon usage des produits de protection solaire. À la plage ou à la piscine, **1/3 des Français seulement déclarent renouveler leur protection solaire au moins toutes les 2 heures.** Ce chiffre chute plus fortement dans les autres situations du quotidien : ils ne sont plus que **15 % à le faire en promenade, 14 % dans un jardin ou lors d'une activité sportive extérieure,** et seulement **10 % en terrasse.**

Travailleurs en extérieur : des réflexes à adapter aux contraintes du terrain

BTP, agriculture, espaces verts, métiers de la mer ou de la montagne, sport, animation, sécurité, livraison, transports... Les professionnels exerçant en plein air sont particulièrement concernés par l'exposition aux UV.

1 travailleur en extérieur

sur **2**

applique de la crème solaire dans le cadre de son activité.

Selon [l'association Sécurité Solaire](#), **10 % de la population active serait exposée de manière importante aux UV dans le cadre d'un travail en extérieur.**

Pourtant, selon le baromètre Febea – OpinionWay, **seulement 51% des personnes travaillant en extérieur déclarent appliquer une protection solaire dans le cadre de leur activité, s'ils sont exposés au soleil, et seuls 18 % la renouvellent au moins toutes les deux heures.**

Ces chiffres soulignent la nécessité de mieux intégrer la prévention solaire dans les environnements professionnels exposés.

Dans le cadre du travail en extérieur, la protection contre les UV ne relève pas seulement d'un réflexe individuel : elle doit aussi s'inscrire dans l'organisation du travail, à travers la limitation des expositions les plus intenses, l'adaptation des horaires ou des postes, le port de vêtements couvrants, l'accès à l'ombre et l'information des salariés.

Pour la FEBEA, **l'enjeu est de faire entrer le bon usage des protections solaires dans les réflexes de terrain, au même titre que les autres mesures de prévention.**

Des freins très concrets à l'usage des protections solaires

Si les Français n'utilisent pas toujours de protection solaire, parmi les raisons invoquées, certaines restent d'abord pratiques : **54 % citent la nécessité d'en remettre régulièrement dans la journée comme un frein, 53 % évoquent le prix, 50 % l'oubli ou le fait de ne pas penser à en acheter ou à en appliquer, et 44 % mentionnent la difficulté à bien l'étaler ou le manque de confort d'utilisation.**

Ces freins expliquent en partie pourquoi la protection solaire est moins spontanée dans les situations du quotidien. On pense plus facilement à glisser une crème solaire dans son sac pour une journée à la plage que pour un déjeuner en terrasse, un trajet à vélo, une séance de jardinage ou une activité sportive en plein air.

Pourtant, le réflexe à installer est simple : dès que l'on s'expose durablement, on se protège. Cela passe par la recherche de l'ombre lorsque c'est possible, le port de vêtements couvrants, de lunettes de soleil et d'un chapeau, ainsi que par l'application d'une protection solaire adaptée, sur les parties du corps découvertes, en quantité suffisante et renouvelée régulièrement.

3 questions au Dr Marina Alexandre-Audaire, dermatologue à l'Hôpital Avicenne (Bobigny)

On entend souvent que « se protéger du soleil », c'est surtout éviter les coups de soleil. En dehors des coups de soleil, en quoi la protection solaire est-elle essentielle pour la santé de la peau ?

Le coup de soleil n'est en réalité que la partie visible des dommages causés par les UV. Une grande partie des effets du soleil sur la peau est silencieuse et cumulative.

Les UV accélèrent le vieillissement cutané (rides, perte d'élasticité, taches pigmentaires) mais surtout, ils provoquent des lésions de l'ADN des cellules de la peau qui augmentent le risque de cancers cutanés, notamment les carcinomes et les mélanomes.

On sait aujourd'hui que les expositions intenses et intermittentes, associées aux coups de soleil, sont particulièrement impliquées dans le risque de mélanome, même si l'exposition cumulée chronique joue elle aussi un rôle délétère, notamment pour les autres cancers cutanés et le photovieillissement.

Il faut aussi rappeler que les UVA, responsables d'une grande partie du photovieillissement et impliqués dans les cancers cutanés, traversent les nuages et les vitres. On peut donc accumuler des dommages même sans avoir l'impression de "brûler".

Y a-t-il des populations plus à risque que d'autres : travailleurs extérieurs, enfants, phototypes clairs, etc. ?

Oui, certaines populations sont particulièrement vulnérables.

Les personnes au phototype clair (peau claire, yeux clairs, cheveux blonds ou roux) ont un risque plus élevé de cancers cutanés. Mais il ne faut pas croire que les peaux mates ou foncées sont totalement protégées : elles peuvent aussi développer des cancers cutanés et souffrir des effets du photovieillissement ou de l'hyperpigmentation.

Certaines personnes présentent également des facteurs de risque particuliers : celles ayant des antécédents personnels ou familiaux de cancers cutanés, un grand nombre de grains de beauté, notamment plus de 50 naevus, ou ayant été très fortement exposées au soleil au cours de leur vie.

Les enfants constituent également une population prioritaire, car une partie importante de l'exposition solaire cumulée se produit dès l'enfance. Les coups de soleil précoces augmentent le risque de mélanome à l'âge adulte.

Enfin, on sous-estime souvent les personnes exposées de façon répétée dans leur quotidien : travailleurs en extérieur, mais aussi sportifs réguliers en extérieur, coureurs, pratiquants de sports de haute montagne ou d'endurance, qui accumulent des doses importantes d'UV parfois sans protection adaptée.

Quelles sont les 3 bonnes pratiques que vous recommanderiez pour se protéger efficacement du soleil ?

La première règle, c'est d'éviter l'exposition aux heures les plus intenses et de rechercher l'ombre autant que possible.

La deuxième, souvent sous-estimée, est de privilégier les protections physiques : vêtements couvrants, lunettes de soleil et chapeau restent les moyens les plus efficaces de photoprotection.

Enfin, la crème solaire doit être utilisée comme un dernier rempart, et non comme un moyen de prolonger volontairement l'exposition au soleil. Il faut choisir une protection SPF50 avec protection UVA et UVB, l'appliquer en quantité suffisante et la renouveler fréquemment, notamment après la baignade ou la transpiration.

La crème solaire ne doit pas donner un faux sentiment de sécurité : elle complète les autres mesures de protection, mais ne remplace ni l'ombre, ni les vêtements. Par ailleurs il faut rappeler qu'une crème solaire ne doit jamais servir à prolonger volontairement l'exposition au soleil.

À PROPOS DE LA FEBEA

La FEBEA – Fédération des Entreprises de la Beauté – est le syndicat professionnel des fabricants de produits cosmétiques (parfums, maquillage, produits de soin, d'hygiène, de toilette et capillaires). Elle rassemble plus de 300 entreprises, dont **82% de TPE et PME** et **67% d'entreprises situées en région**.

CONTACTS PRESSE

FEBEA : Audrey Plaud Peauger – apeauger@febea.fr – 06 50 84 49 91
THE DESK : Léonie Kuschnick – leonie@agencethedesk.com – 06 40 55 60 28