



Grains de beauté ON LES SURVEILLE DE PRÈS!

Qu'on se le dise: 90 % des cancers cutanés détectés à temps peuvent être guéris. Une bonne raison pour examiner sa peau sous toutes ses coutures! PAR ODILE JOUANNEAU

1/ UNE DIFFÉRENCE DE TAILLE

Le carcinome est généralement bénin, ce qui explique pourquoi, malgré son nombre élevé (plus de 74 000 nouveaux cas au Canada en 2011) qui le place au premier rang de tous les cancers, il est classé à part dans les statistiques. Partant d'une lésion de couleur claire qui ne semble pas vouloir guérir, cette tumeur bénigne progresse très lentement et survient habituellement après 50 ans sur les parties du corps souvent exposées, comme les mains et le visage. «Elle n'entraîne pas de métastases, mais il peut y avoir récurrence en cas d'excision incomplète», précise la D^{re} Geneviève Fortier-Riberdy, dermatologue à l'Hôpital général juif et une des rares spécialistes au Canada à pratiquer la chirurgie micrographique (ou chirurgie de Mohs, une technique ultraprécise combinant diagnostic, ablation et réparation).

Le mélanome est beaucoup plus rare (environ 5500 nouveaux cas diagnostiqués au Canada en 2011), mais il est redoutable: il est toujours malin et peut rapidement se répandre ailleurs dans le corps. Frappant à tout âge — ce cancer arrive en deuxième place chez les jeunes —, il prend naissance dans les mélanocytes, les cellules qui produisent la mélanine. Souvent asymétrique et mesurant plus de 6 millimètres, le mélanome survient 8 fois sur 10 sous forme d'un nouveau grain de beauté. Virant du brun au noir, en passant par le bleu ou le rouge, il peut se loger n'importe où (y compris dans l'œil ou les muqueuses), mais on le retrouve généralement sur les parties du corps exposées seulement l'été: les jambes et les bras chez les femmes, le dos chez les hommes. S'il n'y a pas de métastases, la chirurgie suffit à éradiquer la tumeur, mais il faut ensuite demeurer vigilante.

2/ LES FACTEURS DE RISQUE

» **L'exposition solaire excessive** Le soleil est la principale cause des cancers de la peau. Au fur et à mesure que s'accumulent les brûlures, la protection naturelle de la mélanine (notre «capital soleil») s'amointrit, ce qui permet aux radicaux libres de s'attaquer à l'ADN. Les coups de soleil graves subis pendant l'enfance et l'adolescence sont les plus dangereux.

» **Les peaux claires aux cheveux blonds ou roux** Souvent parsemée de taches de rousseur, ce type de peau ne bronze pas et a tendance à brûler.

» **La présence de plusieurs grains de beauté** La vigilance s'impose si on en a plus de 50 sur le corps. On est en quelque sorte «programmées» pour en développer un certain nombre, et les expositions solaires peuvent en augmenter la quantité. ▷

» **La génétique** De 5 % à 10 % des patients atteints de mélanome ont des antécédents familiaux de ce cancer. Il semble également exister une majoration du risque en cas d'endométriome, de fibrome utérin et de tabagisme.

3/ SOUS HAUTE SURVEILLANCE

Selon le Dr Joël Claveau, dermatologue à la clinique du mélanome de L'Hôtel-Dieu de Québec, moins la lésion est profonde, meilleur est le pronostic. D'où l'importance d'examiner sa peau régulièrement et de consulter rapidement. On fait appel à deux méthodes reconnues.

» Un abécédaire vital

Asymétrie (une différence de forme entre les deux côtés de la lésion).

Bords irréguliers (le contour est indistinct).

Coloration (le grain de beauté présente des variations de couleur).

Diamètre (il atteint plus de 6 millimètres).

Evolution (modification de l'aspect de la lésion ou des symptômes).

» À la recherche du suspect

Peu importe où ils sont situés sur le corps, nos grains de beauté se ressemblent normalement beaucoup: même couleur, même forme, même épaisseur. L'apparition d'une lésion pigmentaire différente des autres — surnommée «le vilain petit canard»! — devrait nous alerter et nous inciter à consulter.

4/ TRAITEMENTS: DU NOUVEAU SOUS LE SOLEIL

» **Les inhibiteurs de BRAF** Prochainement disponibles au Canada, ils ralentissent un des processus mutagènes responsable de la moitié des cas de mélanome.

» **Le vismodegib** Ce médicament anticancéreux traitera bientôt les carcinomes basocellulaires avancés pour lesquels il n'existait pas de traitement efficace.

» **L'ipilimumab** En voie d'homologation, cet anticorps active les lymphocytes T et favorise la réponse immunitaire dans les cas de cancer inopérable ou métastatique.

» **La thérapie photodynamique (TPD)** Plusieurs dermatologues ont recours à ce traitement — qui expose la peau enduite d'un produit réactif à une lumière laser — pour éradiquer les tumeurs non profondes ou les kératoses solaires annonciatrices de cancer.

5/ VRAI OU FAUX?

» **Les femmes sont plus sujettes aux mélanomes.**

FAUX Au Canada, le risque est de 1 sur 90 chez les femmes et de 1 sur 74 chez les hommes. Ces derniers se tiennent souvent loin des crèmes solaires et produiraient moins de catalase, une enzyme qui neutralise les dommages du soleil sur l'ADN.

» **Le fait de conduire expose la partie supérieure gauche du corps à un risque accru de mélanomes.**

VRAI Les scientifiques ont fait cette découverte en analysant les données médicales de conducteurs de voiture dont le volant se trouve à gauche.

» **L'amincissement de la couche d'ozone est responsable de l'augmentation des cancers de la peau.**

VRAI ET FAUX Tout dépend où et quand. La protection stratosphérique qui filtre les UVB fluctue en fonction des pôles, des saisons et de la pollution. L'Australie, située dans l'hémisphère sud où la couche est le plus mince, détient le record mondial de pathologies causées par le soleil. Et même si les efforts pour diminuer les émissions d'aérosol depuis le protocole de Montréal en 1987 ont ralenti la destruction de l'ozone (évitant ainsi 20 millions de cancers cutanés), les changements climatiques et la pollution produite par les hydrofluoro-carbones relancent la polémique: un trou titanique s'est produit le printemps dernier au-dessus de l'Arctique (habituellement épargnée), exposant pendant plusieurs semaines la population de l'Europe de l'Est et de la Mongolie à un excès d'ultraviolets. Et l'Organisation mondiale de la Santé prévoit qu'une diminution de 10 % de la concentration d'ozone à l'échelle du globe provoquerait l'apparition de 300 000 cancers cutanés supplémentaires, dont 4500 mélanomes. ▼

SALONS À FUIR

Les rayons UV émis dans les salons de bronzage sont de 5 à 15 fois plus forts que ceux du soleil de midi. Extrêmement nocifs pour la santé, les lits de bronzage sont même classés dans la catégorie des risques de cancer les plus élevés, au même titre que la cigarette ou l'amiante. Une recommandation qu'on doit absolument transmettre à nos ados: l'exposition au bronzage artificiel avant 35 ans augmente de 75 % le risque de développer un mélanome. La campagne «La face cachée des salons de bronzage» menée par la Société canadienne du cancer (cancer.ca) a d'ailleurs de quoi nous donner froid dans le dos...

ON ALLUME!

Pour évaluer notre degré de risque: mesgrainsdebeaute.ca.

Pour tout savoir sur les affections cutanées: dermatology.ca.

Application iPhone pour mesurer l'évolution de nos grains de beauté: skinscanapp.com.

La thérapie photodynamique (TPD): peaumontreal.com.