

1 - Introduction

- 2 - Connaissance des risques liés au soleil
- 3 - Connaissance des risques liés au soleil (2)
- 4 - Connaissance des risques liés au soleil (3)
- 5 - La sensibilité naturelle de votre peau
- 6 - La sensibilité naturelle de votre peau (2)
- 7 - Connaissances liées à la vitamine D
- 8 - Maladies associées à la peau
- 9 - Votre avis

Il existe diverses hypothèses concernant l'impact de la nutrition sur l'aspect de la peau. La peau est en effet un élément majeur pour la synthèse de la vitamine D qu'elle est capable de synthétiser sous l'effet de l'exposition à la lumière naturelle. Une petite partie des apports en vitamine D provient également des aliments. Or, la vitamine D intervient dans de nombreuses fonctions de l'organisme et pourrait jouer un rôle important dans la survenue de certaines maladies, telles que la fragilité osseuse et le risque de fractures, certains cancers, le diabète, et certains troubles immunitaires...

Afin de pouvoir étudier ces hypothèses et d'améliorer les connaissances sur le rôle de la vitamine D et de l'alimentation sur les problèmes de la peau et de façon plus générale de la santé, nous vous soumettons aujourd'hui un premier questionnaire concernant vos connaissances sur les risques liés au soleil et la vitamine D, ainsi que la sensibilité naturelle de votre peau au soleil.
Merci d'avance pour vos réponses.

Suite 

1 - Introduction

2 - Connaissance des risques liés au soleil

3 - Connaissance des risques liés au soleil (2)

4 - Connaissance des risques liés au soleil (3)

5 - La sensibilité naturelle de votre peau

6 - La sensibilité naturelle de votre peau (2)

7 - Connaissances liées à la vitamine D

8 - Maladies associées à la peau

9 - Votre avis

Connaissance des risques liés au soleil

Selon vous, quelle est la définition d'un coup de soleil ?

(Plusieurs choix possibles)

- Une simple rougeur persistante Une rougeur douloureuse Une rougeur avec cloque Je ne sais pas

Avez-vous déjà entendu parler de mélanome ?

- Oui Non Je ne sais pas

Selon vous, un mélanome est :

- Une tumeur bénigne comme les verrues ou les grains de beauté
 Une écorchure superficielle de la peau
 Un type de cancer de la peau
 Je ne sais pas

◀ Précédent | Suite ▶

- 1 - Introduction
- 2 - Connaissance des risques liés au soleil
- 3 - Connaissance des risques liés au soleil (2)**
- 4 - Connaissance des risques liés au soleil (3)
- 5 - La sensibilité naturelle de votre peau
- 6 - La sensibilité naturelle de votre peau (2)
- 7 - Connaissances liées à la vitamine D
- 8 - Maladies associées à la peau
- 9 - Votre avis

Connaissance des risques liés au soleil (2)

Pouvez-vous nous dire si vous êtes d'accord avec les affirmations suivantes :

	D'accord	Pas d'accord	Je ne sais pas
Un coup de soleil peut être responsable d'un cancer de la peau	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Protéger ma peau du soleil est important	<input checked="" type="radio"/> D'accord	<input type="radio"/> Pas d'accord	<input type="radio"/> Je ne sais pas
J'aime être bronzé	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
J'oublie souvent de me protéger du soleil	<input checked="" type="radio"/> D'accord	<input type="radio"/> Pas d'accord	<input type="radio"/> Je ne sais pas
Les produits de protection solaire sont trop chers	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Les personnes qui ont la peau naturellement foncée n'ont pas besoin de se protéger du soleil	<input checked="" type="radio"/> D'accord	<input type="radio"/> Pas d'accord	<input type="radio"/> Je ne sais pas
Je n'ai pas le temps d'appliquer de produit de protection solaire	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Se protéger du soleil est important même si on s'expose moins d'une heure	<input checked="" type="radio"/> D'accord	<input type="radio"/> Pas d'accord	<input type="radio"/> Je ne sais pas
Je pense que j'ai un risque d'avoir un cancer de la peau	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
L'exposition au soleil est la principale cause des cancers de la peau	<input checked="" type="radio"/> D'accord	<input type="radio"/> Pas d'accord	<input type="radio"/> Je ne sais pas
Les cabines et les bancs solaires artificiels des salons de bronzage permettent d'obtenir une protection naturelle contre les coups de soleil et d'avoir un bronzage de base qui est recommandé pour commencer l'été	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Les cabines et les bancs solaires artificiels des salons de bronzage sont plus sûrs que le bronzage solaire naturel par ce qu'ils minimisent le risque de brûlure	<input checked="" type="radio"/> D'accord	<input type="radio"/> Pas d'accord	<input type="radio"/> Je ne sais pas
L'exposition aux rayons Ultraviolets (UV) des cabines et les bancs solaires artificiels des salons de bronzage n'ont pas d'impact sur la survenue de mélanome	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

- 1 - Introduction
- 2 - Connaissance des risques liés au soleil
- 3 - Connaissance des risques liés au soleil (2)
- 4 - Connaissance des risques liés au soleil (3)**
- 5 - La sensibilité naturelle de votre peau
- 6 - La sensibilité naturelle de votre peau (2)
- 7 - Connaissances liées à la vitamine D
- 8 - Maladies associées à la peau
- 9 - Votre avis

Connaissance des risques liés au soleil (3)

Pensez-vous que l'efficacité d'un produit de protection solaire est :

- Plus grande lorsque l'indice est élevé
- Plus grande lorsque l'indice est bas
- Je ne sais pas

A quelles heures de la journée faut-il éviter de s'exposer au soleil en été ?

- 8h-11h
- 11h-16h
- 16h-18h
- Je ne sais pas

Quels sont, selon vous, les dommages que peuvent provoquer les rayonnements solaires ?
(Plusieurs choix possibles)

- Allergies
- Vieillissement de la peau
- Coup de soleil
- Rides
- Sècheresse de la peau
- Taches de vieillesse
- Taches de rousseur
- Cancer de la peau
- Cécité
- Je ne sais pas

Combien de fois dans la journée faut-il appliquer selon vous votre produit de protection solaire pour que celui-ci soit efficace toute la journée ?

- 1 fois
- 2 fois
- Plus de 2 fois
- Je ne sais pas

- 1 - Introduction
- 2 - Connaissance des risques liés au soleil
- 3 - Connaissance des risques liés au soleil (2)
- 4 - Connaissance des risques liés au soleil (3)
- 5 - La sensibilité naturelle de votre peau**
- 6 - La sensibilité naturelle de votre peau (2)
- 7 - Connaissances liées à la vitamine D
- 8 - Maladies associées à la peau
- 9 - Votre avis

La sensibilité naturelle de votre peau

Quelle est/était la couleur naturelle de vos cheveux à 20 ans :

- Blancs
- Roux
- Blonds
- Châtains clairs
- Châtains foncés
- Noirs

Quelle est la couleur de vos yeux :

- Bleus clairs
- Bleus soutenus
- Verts
- Noisettes
- Marrons
- Noirs

Quelle est la couleur naturelle de la peau de votre visage en hiver sans bronzage :

- Pale / Laitéuse
- Claire
- Mate
- Noire

Aviez-vous des taches de rousseur (éphélides) sur le visage dès l'enfance :

- Absentes
- Quelques-unes
- Nombreuses

Quelle est la fréquence de survenue de coups de soleil sans protection en été :

- Absente
- Rare
- Fréquente
- Constante

Quelle est l'intensité maximale de bronzage que vous pouvez obtenir sans protection en été :

- Absente
- Légère
- Claire
- Foncée
- Très foncée

Quelles sont les réactions de votre peau après une première exposition au soleil en été, en dehors de toute protection solaire ?

(Un seul choix possible)

- Brûle toujours et ne bronze jamais
- Brûle souvent et bronze difficilement
- Brûle parfois et bronze assez facilement
- Brûle rarement et bronze facilement
- Brûle exceptionnellement et fonce systématiquement
- Ne brûle jamais et fonce toujours

[◀ Précédent](#) | [Suite ▶](#)

- 1 - Introduction
- 2 - Connaissance des risques liés au soleil
- 3 - Connaissance des risques liés au soleil (2)
- 4 - Connaissance des risques liés au soleil (3)
- 5 - La sensibilité naturelle de votre peau
- 6 - La sensibilité naturelle de votre peau (2)**
- 7 - Connaissances liées à la vitamine D
- 8 - Maladies associées à la peau
- 9 - Votre avis

La sensibilité naturelle de votre peau (2)

Durant votre enfance (avant l'âge de 15 ans), avez-vous eu un ou plusieurs coups de soleil ayant entraîné des cloques ou vous ayant fait peler ?

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

Combien de fois approximativement ?

- 1 à 2 fois
- 3 fois ou plus
- Je ne sais pas

Quelle a été l'intensité du coup de soleil le plus grave ?

- Une simple rougeur persistante
- Une rougeur douloureuse
- Une rougeur avec cloque
- Je ne sais pas

Votre peau a-t-elle pelé lors de ce coup de soleil ?

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

Durant votre vie d'adulte (après l'âge de 15 ans), avez-vous eu un ou plusieurs coups de soleil ayant entraîné des cloques ou vous ayant fait peler ?

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

Combien de fois approximativement ?

- 1 à 2 fois
- 3 fois ou plus
- Je ne sais pas

Quelle a été l'intensité du coup de soleil le plus grave ?

- Une simple rougeur persistante
- Une rougeur douloureuse
- Une rougeur avec cloque
- Je ne sais pas

Votre peau a-t-elle pelé lors de ce coup de soleil ?

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

[◀ Précédent](#) | [Suite ▶](#)

- 1 - Introduction
- 2 - Connaissance des risques liés au soleil
- 3 - Connaissance des risques liés au soleil (2)
- 4 - Connaissance des risques liés au soleil (3)
- 5 - La sensibilité naturelle de votre peau
- 6 - La sensibilité naturelle de votre peau (2)
- 7 - Connaissances liées à la vitamine D**
- 8 - Maladies associées à la peau
- 9 - Votre avis

Connaissances liées à la vitamine D

Avez-vous déjà entendu parler de la vitamine D ?

- Oui
 Non
 Je ne sais pas

Chez qui ou comment en avez-vous entendu parler ?

(Plusieurs choix possibles)

- Chez votre médecin
 Chez un autre professionnel de la santé (pharmacien, diététicien, kinésithérapeute, dentiste, infirmier...)
 Dans un quotidien d'information
 Dans un magazine
 A la radio
 A la télévision
 Chez des amis ou des proches
 A l'école ou à l'Université
 Ailleurs
 Je ne me souviens plus

Selon vous, la vitamine D a-t-elle un intérêt dans les états de santé suivants ?

	Oui	Non	Je ne sais pas
Avoir des os sains	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
L'ostéoporose	<input type="radio"/> oui	<input type="radio"/> non	<input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas
Le rachitisme	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Le cancer en général	<input type="radio"/> oui	<input type="radio"/> non	<input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas
Les cancers de la peau	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Les autres maladies de la peau	<input type="radio"/> oui	<input type="radio"/> non	<input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas
Les maladies du rein	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
La maladie d'Alzheimer	<input type="radio"/> oui	<input type="radio"/> non	<input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas
Le diabète	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

Les maladies du cœur	<input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas
Les maladies psychiatriques	<input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas
Les infections en général	<input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas
La grossesse	<input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas
Aucun effet sur la santé	<input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas

D'où pensez-vous que l'organisme puisse obtenir de la vitamine D ?
(Plusieurs choix possibles)

- Le poisson gras (hareng, maquereau...)
- Le poisson maigre (colin, cabillaud, lieu...)
- L'huile de foie de morue
- Les produits laitiers
- Les produits laitiers enrichis en vitamine D
- Le poulet
- La viande rouge
- Les abats d'animaux (foies de veau ou de bœuf par exemple)
- Les œufs
- L'huile d'olive
- Les suppléments antioxydants
- Les suppléments vitaminiques
- Les médicaments à base de vitamine D
- L'exposition de la peau au soleil
- Je ne sais pas

Êtes-vous d'accord avec les affirmations suivantes :

	D'accord	Pas d'accord	Je ne sais pas
Si je protège tout le temps ma peau du soleil, je n'aurais pas assez de vitamine D	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
Je pense que mon taux de vitamine D est trop bas	<input type="radio"/> D'accord	<input type="radio"/> Pas d'accord	<input checked="" type="radio"/> Je ne sais pas
Les cabines et les bancs solaires artificiels des salons de bronzage me permettent d'avoir de la vitamine D pendant les mois d'hiver	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

1 - Introduction

2 - Connaissance des risques liés au soleil

3 - Connaissance des risques liés au soleil (2)

4 - Connaissance des risques liés au soleil (3)

5 - La sensibilité naturelle de votre peau

6 - La sensibilité naturelle de votre peau (2)

7 - Connaissances liées à la vitamine D

8 - Maladies associées à la peau

9 - Votre avis

Maladies associées à la peau

Avez-vous ou avez-vous eu les maladies de la peau suivantes ?

(Plusieurs choix possibles)

- Psoriasis
- Vitiligo
- Lupus
- Lichen
- Eczéma de l'enfance
- Aucune de ces maladies
- Je ne sais pas

Avez-vous ou avez-vous eu les maladies suivantes ?

(Plusieurs choix possibles)

- Maladie de Crohn
- Polyarthrite rhumatoïde
- Maladie de la thyroïde
- Diabète de type 1 (nécessitant de l'insuline)
- Parkinson
- Aucune de ces maladies
- Je ne sais pas

Avez-vous déjà eu un cancer de la peau ?

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

Quel type de cancer avez-vous eu ?

Il s'agissait d'un **Carcinome basocellulaire**

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

Combien de fois ?

- 1
- 1 à 3
- Plus de 3
- Je ne sais pas

Il s'agissait d'un **Carcinome spinocellulaire**

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

Combien de fois ?

- 1
 - 1 à 3
 - Plus de 3
 - Je ne sais pas
-

Il s'agissait d'un **Mélanome**

Oui Non Je ne sais pas

Combien de fois ?

1 1 à 3 Plus de 3 Je ne sais pas

Il s'agissait d'un **Carcinome de merkel**

Oui Non Je ne sais pas

Combien de fois ?

1 1 à 3 Plus de 3 Je ne sais pas

Il s'agissait d'un **Porocarcinome**

Oui Non Je ne sais pas

Combien de fois ?

1 1 à 3 Plus de 3 Je ne sais pas

Il s'agissait d'un **autre type de cancer de la peau**

Oui Non Je ne sais pas

Dans votre famille proche, y a-t-il une ou des personnes souffrant ou ayant souffert de mélanome ?

(Plusieurs choix possibles)

- Aucun
- Frère ou sœur
- Parent
- Grand-parent
- Enfant
- Oncle ou tante
- Je ne sais pas

[◀ Précédent](#) | [Suite ▶](#)

- 1 - Introduction
- 2 - Connaissance des risques liés au soleil
- 3 - Connaissance des risques liés au soleil (2)
- 4 - Connaissance des risques liés au soleil (3)
- 5 - La sensibilité naturelle de votre peau
- 6 - La sensibilité naturelle de votre peau (2)
- 7 - Connaissances liées à la vitamine D
- 8 - Maladies associées à la peau
- 9 - Votre avis**

Votre avis

Merci d'avoir complété ce questionnaire.

Pour nous aider à améliorer nos outils de recueil, nous vous serions reconnaissants de bien vouloir répondre à quelques questions supplémentaires sur vos impressions concernant ce questionnaire.

Avez-vous trouvé que le remplissage de ce questionnaire était :

- facile Tout à fait d'accord Plutôt d'accord Plutôt pas d'accord Pas du tout d'accord 
- fluide Tout à fait d'accord Plutôt d'accord Plutôt pas d'accord Pas du tout d'accord 
- rapide Tout à fait d'accord Plutôt d'accord Plutôt pas d'accord Pas du tout d'accord 

Avez-vous rencontré des difficultés particulières pour compléter ce questionnaire ? Y a-t-il eu des questions qui vous ont posé problème ou que vous n'avez pas comprises ?

- Oui Non 

Si oui :

Merci de préciser

1000 Caractères restants

Nous vous remercions pour votre aide !

[← Précédent](#) | [🗨 Enregistrer en brouillon](#) | [📄 Valider définitivement](#)