

La lumière bleue est-elle dangereuse ?

S'il n'y a aucun doute sur l'impact de la lumière bleue sur l'horloge biologique, ses effets sur la rétine sont discutés. « Il n'y a pas de consensus. Certaines études évoquent un lien entre l'exposition à la lumière bleue et la DMLA (ndlr : dégénérescence maculaire liée à l'âge) et d'autres non », explique Sébastien Point, membre de la Société française de radioprotection. Des études ont montré des dommages chez les rats, « mais on ne peut pas extrapoler chez l'homme car le rat n'a pas de macula », estime-t-il. Pour les systèmes d'éclairage utilisant des LED « dans un cadre général, il n'y a pas de risque. Le danger est limité à des non-maîtrises accidentelles », selon Sébastien Point. L'Anses a publié en 2010 un rapport estimant que la lumière bleue produisait un stress toxique pour la rétine. L'agence de sécurité recommandait de diminuer les intensités lumineuses et d'éviter la lumière bleue dans les lieux fréquentés par les enfants car leur cristallin en développement ne peut filtrer la lumière. Mais les industriels de la lumière, réunis à Lyon au premier salon de « tous les usages de la lumière », estiment ce rapport dépassé. Les risques d'exposition sont divisés en 4 groupes : 0 (sans risque), 1 (risque faible), 2 (modéré) et 3 (élevé). « Une lampe LED vendue dans le commerce ne peut pas excéder le groupe 1 », explique Joël Thomé, directeur de Piséo, un laboratoire d'essais photométriques indépendant. Il précise que la plupart des ampoules sont aujourd'hui dépolies ce qui diminue leur intensité. Professeur d'ophtalmologie, Laurent Kodjikian souligne qu'il faudra des années pour avoir une réponse. En attendant, il préconise le principe de précaution c'est-à-dire le port de lunettes équipées de verres anti-lumière bleue pour travailler ou lire sur écran.

LUNDI 26 JUIN 2017 **LE PROGRÈS**