

23 octobre 2018

Communiqué de presse



PROTEGER LES YEUX DES ENFANTS....

Alors que le CSA, dans sa campagne annuelle « Avant 3 ans, pas d'écrans », vient de rappeler qu'avant 3 ans, la télévision est nocive pour le développement psychologique des enfants, l'AFE souhaite également rappeler la règle de bon sens selon laquelle regarder un écran, quel qu'il soit, est également néfaste pour le développement physiologique de l'enfant, à commencer par les effets sur le système visuel.

Le système visuel des enfants

Le cristallin, transparent chez les enfants, ne joue pas encore son rôle protecteur vis à vis de certaines longueurs d'ondes et augmente ou du moins n'empêche pas les effets retardateurs de la lumière sur les rythmes circadiens.

L'enfant a une réaction spécifique à la lumière car son œil et son système visuel n'est pas encore mature. Il est d'autant plus sensible à l'éblouissement qu'il est jeune et n'a pas le réflexe de détourner le regard d'une source éblouissante.

Quelques recommandations

Lors de la Journée de conférence AFE / AsnaV du 26 septembre dernier, le Dr Christophe Orssaud, président du Collège Santé de l'AFE, Responsable de l'Unité Fonctionnelle d'Ophtalmologie aux Hôpitaux Universitaires Paris-Ouest (CRMR OPHTARA HEGP, AP-HP Paris), a rappelé des travaux qui tendent à démontrer l'existence d'un lien entre le développement d'une myopie et l'utilisation d'une veilleuse ou de lumière la nuit dans la chambre à coucher des enfants de moins de 2 ans.

Il est donc recommandé de proscrire les sources de lumière lors des phases de sommeil de l'enfant la nuit.

Des études épidémiologiques ayant démontré que les enfants passant plus de temps à l'extérieur ont moins de risques de développer une myopie, il est fortement recommandé d'assurer une exposition à la lumière naturelle des enfants au moins une heure par jour, avec le port d'une protection oculaire en cas de forte luminosité.

En résumé...

Pas d'écrans, quels qu'ils soient

Proscrire veilleuse et lumière la nuit dans les chambres d'enfants

Permettre l'exposition à la lumière naturelle au moins une heure par jour

*« Fort de l'expertise de son Collège Santé et de ses partenariats avec l'AsnaV, l'Institut de la Vision..., l'AFE va intensifier ses efforts pour la prévention et la sensibilisation aux effets de la lumière sur l'Homme »
précise Cédric Lewandowski, Président de l'AFE.*

Contact presse : Emeline Mas, chargée de communication - emas@afe-eclairage.fr - 06 73 67 50 85

L'Association française de l'éclairage

Association à but non lucratif représentant la France dans les instances de normalisation nationales et internationales, l'Association française de l'éclairage (AFE) est une association dont les recommandations sont utilisées comme référence dans le Code du travail, les textes officiels et les appels d'offres. L'association agit pour la compréhension et la prévention des effets de la lumière sur l'Homme et l'environnement.

www.afe-eclairage.fr