



ASSEMBLÉE NATIONALE

15ème législature

Les effets nocifs de la lumière bleue des écrans

Question écrite n° 31846

Texte de la question

M. Jean-Marie Fiévet appelle l'attention de M. le ministre des solidarités et de la santé sur les effets nocifs de la lumière bleue des écrans. La rétine et le sommeil sont les deux principales victimes de la lumière bleue diffusée par les écrans. Même à petite dose, celle-ci a des conséquences physiologiques prouvées, notamment sur les plus jeunes. Cette lumière bleue est interprétée par le cerveau comme la lumière du jour. Ainsi, cela perturbe l'horloge interne de l'organisme qui nécessite un rythme de sommeil stable avec une certaine dose de luminosité le jour et une obscurité totale la nuit. Il demande donc comment lutter contre ce fléau et sensibiliser davantage la population aux risques sur la santé.

Texte de la réponse

L'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES) a été saisie, le 16 décembre 2014, afin de mettre à jour son avis publié en 2010 sur les effets sanitaires des systèmes d'éclairage utilisant des diodes électroluminescentes (LED) suite aux évolutions technologiques et à la publication de nouveaux travaux scientifiques sur les effets sanitaires liés à l'exposition à la lumière émise par les LED. L'agence a réactualisé le travail d'expertise réalisé en 2010 et a rendu, en mai 2019, son avis « Effets sur la santé humaine et sur l'environnement (faune et flore) des LED ». L'expertise réalisée en 2010 avait souligné la toxicité pour la rétine de la lumière bleue présente dans les éclairages à LED. Des populations sont particulièrement sensibles à la lumière bleue émise par les LED : enfants, aphakes, pseudophakes, patients atteints de certaines maladies oculaires et cutanées, patients consommant des substances photosensibilisantes. Les données scientifiques récentes, prises en compte dans le cadre de la nouvelle expertise, permettent d'établir que l'effet phototoxique sur la rétine d'une exposition aiguë (inférieure à 8 heures) à une lumière riche en bleu est avéré et que l'effet de l'exposition chronique de la rétine (plusieurs années) à la lumière riche en bleu sur la contribution à la survenue d'une dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) est avéré. La nouvelle expertise met également en évidence que la perturbation des rythmes circadiens induite par l'exposition en soirée ou la nuit à une lumière LED riche en bleu est avérée. Dans son avis, l'ANSES formule un ensemble de recommandations : informer le public sur les bons comportements à adopter notamment envers les enfants (limiter la lumière bleue avant le coucher et pendant la nuit, limiter l'exposition à la lumière directe des objets à LED appartenant à un groupe de risque photobiologique élevé), restreindre la mise à disposition au grand public aux seuls objets à LED présentant un risque faible, faire évoluer les valeurs limites d'exposition et harmoniser les réglementations européennes. Suite à la publication de l'avis de l'agence, le Gouvernement prévoit de mettre en œuvre ces recommandations notamment celles concernant l'amélioration de l'information du public dans le cadre du futur Plan national santé environnement. Sur le plan réglementaire, la Commission européenne sera saisie sur la question d'une éventuelle révision des valeurs limites réglementaires et sur la prise en compte des risques photobiologiques dans les directives sectorielles concernées, notamment celle relative aux jouets.

Données clés

Auteur : [M. Jean-Marie Fiévet](#)

Circonscription : Deux-Sèvres (3^e circonscription) - La République en Marche

Type de question : Question écrite

Numéro de la question : 31846

Rubrique : Santé

Ministère interrogé : [Solidarités et santé](#)

Ministère attributaire : [Solidarités et santé](#)

Date(s) clé(e)s

Question publiée au JO le : [11 août 2020](#), page 5400

Réponse publiée au JO le : [6 octobre 2020](#), page 6937