

Se protéger des ondes domestiques

Selon l'Inpes⁽¹⁾, 40,6 % des Français pensent que les ondes électromagnétiques peuvent favoriser une tumeur au cerveau. L'absence de confirmation scientifique ne dispense pas de mettre en œuvre des solutions pour mieux utiliser le portable, le Wi-Fi...

En France, le seuil d'exposition aux ondes électromagnétiques produites par les antennes relais de téléphonie mobile a été fixé à 41 V/m (volts par mètre). Les associations, certains médecins et experts européens demandent que la norme soit abaissée à 0,6 V/m. Parmi ceux-ci, le Pr Dominique Belpomme, oncologue et président de l'Association pour la recherche thérapeutique anticancéreuse, est l'un des plus catégoriques.

Les répercussions cérébrales

« On sait que les ondes électromagnétiques pénètrent dans l'organisme et produisent des désordres cellulaires au niveau du cerveau, explique le Pr Belpomme. Cela entraîne une souffrance cérébrale qui favoriserait l'apparition de maladies. » À l'appui de ses dires, il cite le rapport international Bio-Initiative (2007), selon lequel les ondes agiraient sur >

(1) Institut national de prévention et d'éducation pour la santé.

Photomontop/Juices Images



LES SOURCES DE RAYONNEMENT

1 Les antennes relais

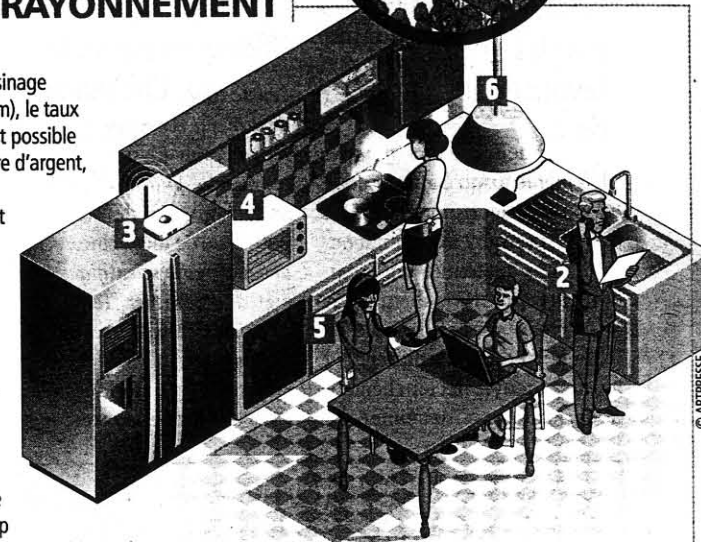
Lorsque l'antenne est située dans le voisinage d'un appartement (à moins de 30 à 40 m), le taux d'exposition peut atteindre 12 V/m. Il est possible d'équiper ses fenêtres de rideaux en fibre d'argent, un matériau qui diminuerait de moitié la pénétration des ondes. Même résultat avec les volets métalliques, si on les laisse fermés en permanence.

2 Le téléphone mobile

Lorsque l'on téléphone, le champ électromagnétique situé au niveau de la tête s'élève à environ 40 V/m. L'intensité varie selon la distance qui nous sépare de l'antenne relais et la qualité de la réception. Lorsque l'on passe ou que l'on reçoit un appel à partir d'un véhicule en mouvement, dans un tunnel, le champ électromagnétique passe à 100 V/m. Lors de la table ronde « Radiofréquences, santé et environnement » du 25 mai 2009, la ministre de la Santé, Roselyne Bachelot, a recommandé d'opter pour un appareil dont le DAS (débit d'absorption spécifique) n'excède pas 0,2 à 0,3 W/kg. « Cette information est inscrite sur la fiche technique du téléphone ou le livret qui l'accompagne. Chaque année, le Criirem publie le "Top DAS" sur son site Internet », précise Pierre Le Ruz, expert européen et président du conseil scientifique du Centre de recherche et d'information indépendante sur les rayonnements électromagnétiques (Criirem). De même, il est bon de limiter la durée des communications, ou de les fractionner. Utiliser une oreillette permet de diminuer le champ au niveau de la tête à 5 V/m, et avec le mode haut-parleur le taux tombe à 0,5 V/m. Ces mesures sont rappelées dans la brochure gratuite « Téléphone mobile : santé et sécurité », téléchargeable sur le site du ministère de la Santé. Enfin, la ministre de la Santé déconseille l'usage du téléphone mobile par les enfants de moins de 12 ans et recommande d'en interdire l'utilisation dans les établissements scolaires.

3 Le Wi-Fi

L'exposition dépend de la distance : à 1 m, le champ est de 3 V/m ; il passe à 0,5 V/m à 5 m. Pour se prémunir de ces ondes, Pierre Le Ruz conseille d'installer la boîte à distance. De même, il recommande de la débrancher complètement chaque soir, car même éteinte elle continue d'émettre.



4 Le four à micro-ondes

À 50 cm, le champ d'exposition atteint 4 V/m ; à 1,50 m, il s'établit à 1 V/m. Il est recommandé de ne pas rester devant le four à micro-ondes quand il fonctionne. « Il faut aussi savoir que les fours à micro-ondes ont une date de péremption : dès qu'ils ont dépassé les 3-4 ans, il y a de forts risques qu'ils fuient, explique Pierre Le Ruz. Pour savoir si c'est le cas, il faut les faire tester par un électricien. »

5 Les téléphones sans fil type DECT

Les téléphones sans fil émettent eux aussi des ondes électromagnétiques : à 1 m, les champs s'élèvent à 3 V/m ; à 5 m, ils sont de 0,5 V/m. Leur base émettant en permanence, il est déconseillé de les placer sur une table de nuit ou sur un bureau, où ils seraient trop proches de la tête.

6 Les ampoules « basse consommation »

Utilité pour diminuer notre impact sur l'environnement, les ampoules « basse consommation » seraient néfastes pour notre santé. « Allumées, elles atteignent, à 20 cm, entre 4 et 180 V/m pour des puissances de 11 à 20 W, assure Pierre Le Ruz. Il faut attendre 1 m pour retrouver une valeur de 0,2 V/m. Les personnes qui utilisent ce type d'ampoules comme lampe de chevet, sur leur table de travail ou leur bureau peuvent être exposées, selon la distance et la puissance, à des champs électriques allant de 2 à 100 V/m, voire plus. » La solution : s'équiper d'ampoules LED.

> nos cellules et provoqueraient des dégâts sur les molécules d'ADN, diminueraient l'efficacité du système immunitaire et perturberaient la production de mélatonine, l'hormone du sommeil.

Des études contradictoires

Les chercheurs de Bio-Initiative vont même jusqu'à affirmer que les ondes électromagnétiques sont responsables de l'augmentation des leucémies chez l'enfant, de l'apparition de tumeurs au cerveau situées du côté de l'oreille d'écoute habituelle, et favoriseraient le déclenchement de la maladie d'Alzheimer. Ce

que l'exposition aux ondes Wi-Fi ne présente aucun risque pour la santé. Et l'académie, dans un rapport de mars 2009 portant sur le risque sanitaire des antennes relais installées par les opérateurs de téléphonie mobile, écarte toute nocivité. « Il est faux de dire que ces ondes sont dangereuses pour la santé humaine, assure le Pr André Aurengo, expert auprès de l'Académie nationale de médecine. À ce jour, aucune preuve scientifique ne permet de l'affirmer. Tel est l'avis unanime des expertises médicales sérieuses. »

Pour se faire une idée des risques imputables aux ondes élec-

MESURER LES CHAMPS ÉLECTROMAGNÉTIQUES

Le Criirem ou un électricien spécialisé peuvent procéder à des mesures du champ électromagnétique (CEM). Selon le lieu de résidence et la surface de l'habitation, l'expertise coûte de 200 à 1 000 €. On peut aussi effectuer soi-même ces tests pour environ 200 €, grâce à des appareils disponibles sur Internet ou dans les grands magasins d'électroménager.

que confirme le Pr Belpomme : « J'ai procédé à des tests cliniques sur l'électrosensibilité. Suite à des imageries médicales réalisées par échodoppler cérébral pulsé et des tests sanguins pour rechercher une augmentation des protéines de stress, j'ai pu mettre en évidence une réelle souffrance cérébrale d'origine environnementale qui peut entraîner, à la longue, l'apparition de la maladie d'Alzheimer. »

Des précautions à prendre

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) et l'Académie nationale de médecine sont loin de

tromagnétiques, il faudra attendre les conclusions d'Interphone, une vaste enquête menée dans treize pays, dont les résultats devraient être connus à l'automne. Elle se fait sous l'égide du Centre international de recherche sur le cancer, de

SUR LE SITE 

www.dossierfamilial.com
L'usage du mobile et la santé :
10 mesures de précaution
à connaître.
[www.dossierfamilial.com/
article/2796](http://www.dossierfamilial.com/article/2796)

CONTACTS

- Agence nationale des fréquences : l'emplacement des antennes relais installées à proximité de son habitation ou de l'école des enfants ainsi que le niveau d'exposition se trouvent sur le site www.cartoradio.fr.
- Association Robin des Toits : 01 43 55 96 08 et www.robindestoits.org.
- Criirem : 02 43 21 18 69.
- www.inpes.sante.fr : site de l'Inpes, dans « rechercher », taper « téléphonie ».
- www.sante.gouv.fr : site du ministère de la Santé.

l'étude menée par l'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé et l'Agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail. Le 7 juillet 2009, le gouvernement a mis en place un comité chargé d'évaluer l'impact sur la couverture du territoire et la qualité du service de l'abaissement de la fréquence des ondes émises par les antennes relais à 0,6 V/m. Différentes villes de France se sont portées volontaires : parmi elles, Courbevoise (Hauts-de-Seine), Hérœville-Saint-Clair (Calvados), Le Vigan (Gard) et Niergnies (Nord). Cette étude devrait porter sur plusieurs mois.

En attendant que les experts tranchent leur différend, le principe de précaution impose de suivre des conseils de prudence (voir l'encadré page 53) lors de l'utilisation ou à proximité d'appareils qui dispensent des ondes dans leur environnement.