

Le risque d'hypertension augmente à partir de 30 minutes d'utilisation d'un cellulaire par semaine

21 juillet, 2023

Par : **André Fauteux**

Parler au téléphone cellulaire pendant plus de 30 minutes par semaine augmente le risque d'hypertension artérielle de 12 % en moyenne et ce risque augmente avec le nombre de minutes d'utilisation, selon une équipe internationale de scientifiques dirigée par des professeurs de la Southern Medical University (Guangzhou, Chine). Utilisant la biobanque britannique, ils ont étudié les habitudes et la santé de 212 046 adultes âgés de 37 à 73 ans. Avant la collecte des données, aucun des participants à l'étude ne souffrait d'hypertension, une condition qui augmente le risque d'infarctus et d'accident cérébrovasculaire.

La principale cible des émissions radio du téléphone cellulaire est le cœur, confirment ces chercheurs. D'ailleurs, en 2018, les études du [Programme national toxicologique américain](#) et de [l'Institut Ramazzini](#) italien avaient toutes deux causé un rare cancer des nerfs entourant le cœur de rats exposés aux micro-ondes pulsées par la téléphonie cellulaire. En novembre dernier, l'organisme américain Environmental Working Group (EWG) [résumait les impacts des radiofréquences sur le cœur sur son site web](#).

La nouvelle étude chinoise a été [publiée en mai dans un réputé magazine européen, l'European Heart Journal - Digital Health](#).

« Exactement une demi-heure par semaine ou plus est la ligne qui sépare les personnes qui ont encore un cœur sain et celles qui souffrent d'hypertension artérielle après 12 ans. L'étude a pris en compte la génétique, la race, le sexe, l'âge et un certain nombre d'autres aspects. Rien de tout cela [à lui seul] n'a eu d'importance, rapporte [Tech News Space](#). La différence dans la probabilité de développer une hypertension artérielle résidait uniquement dans le nombre de minutes de conversation par semaine - moins de 30 minutes et plus de 30 minutes. Et plus le nombre de minutes de conversation est élevé, plus la probabilité de contracter cette maladie désagréable augmente, ce qui accroît le risque d'accident vasculaire cérébral et d'infarctus du myocarde, et donc de décès. »

Par contre, quand une personne était prédisposée génétiquement ou par son mode de vie à l'hypertension artérielle, alors le risque de développer une hypertension artérielle augmentait de 33 % si le participant à l'étude parlait au téléphone portable pendant plus de 30 minutes par semaine.

« C'est le nombre de minutes passées sur un téléphone portable qui est important pour la santé cardiaque, un

plus grand nombre de minutes entraînant un risque plus élevé, explique l'auteur de l'étude, le professeur Xianhui Qin, de l'Université médicale du Sud. Le nombre d'années passées à parler au téléphone ou à utiliser un kit mains libres n'a pas d'incidence sur la probabilité de développer une hypertension artérielle... Nos résultats suggèrent que l'utilisation d'un téléphone portable peut ne pas affecter le risque de développer une hypertension si le temps de conversation hebdomadaire ne dépasse pas une demi-heure. D'autres recherches sont nécessaires pour reproduire ces résultats, mais d'ici là, pour préserver la santé cardiaque, il est conseillé de limiter au maximum les appels téléphoniques. »

Par rapport aux personnes qui passaient moins de 5 minutes par semaine à téléphoner, téléphoner de 30 à 59 minutes par semaine augmentait le risque de développer une hypertension artérielle de 8 %, de 1 heure à 3 heures augmentait le risque de 13 %, de 4 à 6 heures augmentait le risque d'hypertension artérielle de 16 %, et plus de 6 heures augmentait le risque d'hypertension artérielle de 25 %.

Diverses études ont déjà démontré que l'exposition aux hautes fréquences émises par un cellulaire augmente temporairement la pression artérielle au moment de l'appel téléphonique.

Les experts comme ceux de l'EWG et du [Département de santé publique de la Californie](#) recommandent de préférer le téléphone filaire, d'utiliser les textos en général, d'éviter le cellulaire quand la réception est mauvaise (il augmente alors la puissance de ses émissions et donc l'exposition de l'utilisateur) et de ne l'utiliser que pour faire de courts appels urgents.

Lire les recommandations de Joel M. Moskowitz, Ph.D., directeur du Centre pour la santé familiale et communautaire de l'École de santé publique à l'Université de la Californie, à Berkeley :

[Tips to Reduce Your Wireless Radiation Exposure](#)