

National Research Council Canada Media Clips



Canada

Conseil national de recherches Canada Manchettes

Monday, March 26 2007 ♦ le lundi, 26 mars 2007

Date: le 24 mars 2007

Source: Le Droit

Page: A26

Byline:

Section:

Link:

L'Éclairage a des effets sur la santé

Organisé conjointement par la Commission international de l'éclairage (CIE) et le **Conseil national de recherches du Canada**, le deuxième Symposium sur l'éclairage et la santé (CNRC) a mis au jour une foule d'informations nouvelles sur les effets de l'éclairage sur la santé et sur les implications pratiques pour la conception de l'éclairage.

Entres autres faits saillants de l'événement qui s'est rendu à Ottawa en septembre dernier, **Jennifer Veitch, agente de recherche à l'Institut de recherche en construction du Centre national de recherches du Canada (IRC-CNRC)**, a fait écho aux résultats de travaux de recherche aux Etats-Unis et en Finlande qui suggèrent que le bien-être des occupants pourrait être amélioré en augmentant la quantité de lumière à laquelle les gens sont exposés sur une base quotidienne. Jusqu'ici, il semble que ces augmentations de l'éclairage ne doivent être ni très fortes, ni constantes.

C'est un fait connu que les travailleurs de nuit font face à un risque accru de cancer du sein et des études sur les animaux ont démontré que l'exposition à la lumière durant la nuit peut accélérer la croissance des tumeurs. Lors du symposium, on a présenté un test pour valider l'hypothèse voulant que l'éclairage nocturne accroisse les risques de cancer du sein en diminuant les niveaux de mélatonine. Les résultats tendent à démontrer que la perturbation des rythmes de production de cette hormone est un facteur de risque important pour le cancer du sein et possiblement pour d'autres cancers.

D'un point de vue pratique, cela signifie que des pratiques saines en matière d'éclairage doivent aussi englober des périodes d'obscurité. Les experts conseillent donc de dormir dans chambre où règne une obscurité totale, en se servant de stores pour bloquer la lumière, et de diriger le faisceau des lampes de manière à ne pas éclairer les fenêtres des voisins.

Points de vue des chefs de file de l'Industrie

Des chefs de file de l'industrie se sont aussi exprimés sur les applications pratiques de ces résultats. Leurs commentaires ont porté essentiellement sur le rapport entre un éclairage sain et l'efficacité énergétique. En fait, les résultats de la recherche suggèrent que la lumière naturelle devrait faire partie intégrante d'un éclairage sain, ce qui fournit une justification additionnelle, en plus des considérations environnementales, pour investir dans l'éclairage naturel.

De nouvelles avenues pour la recherche et ses applications ont aussi été identifiées par les conférenciers et lors des discussions.

Source : Innovation en construction, **IRC-CNRC**.