

Les objets électroniques sont-ils en train de ruiner notre santé?

Repéré par **Agathe Charnet** | **Science & santé** | 29.09.2016 - 13 h 18, mis à jour le 29.09.2016 à 13 h 18



JOHANNES EISELE / AFP

Repéré sur **BuzzFeed**

Bossu, à demi aveugle et les doigts paralysés, tel pourrait être le vieillard du XXI^e siècle, le corps détruit par une vie passée derrière un écran.

Si vous lisez ces lignes, peut-être êtes-vous actuellement sur votre lieu de travail. Assis sur une chaise à roulettes, vous pliez la nuque vers l'avant pour vous rapprocher de votre écran, plissez des yeux pour affronter la luminosité et vos doigts, qui pianotaient continuellement en lévitation au-dessus de votre clavier, s'avachissent sur votre bureau pour une pause bien méritée.

Ou alors vous êtes sur votre smartphone, tentant de distinguer les lettres minuscules sur votre écran, le pouce en avant et le dos courbé. Et tandis que vous vous redressez avec un peu de culpabilité à la lecture de ces quelques mots, vous ressentez comme une engourdissement dans vos trapèzes, qui n'ont plus l'habitude d'être ainsi sollicités. Réfléchissez: depuis combien de temps n'avez-vous pas passé une journée complète au grand air, le dos droit, la tête haute et les yeux tournés vers le ciel et non sempiternellement à la recherche d'une nouvelle notification?

Voilà bientôt une vingtaine d'années que l'utilisation des ordinateurs et des smartphones se démocratisent sur notre planète, allant jusqu'à se greffer à notre quotidien. Ils nous accompagnent du réveil au coucher, comme des fétiches nous protégeant de la vacuité et de la solitude. Et, souligne une enquête de [BuzzFeed.com](https://www.buzzfeed.com/stephaniemlee/whatsapp-doc?utm_term=.nfAxlx8mN#.grJYMY9q5), (https://www.buzzfeed.com/stephaniemlee/whatsapp-doc?utm_term=.nfAxlx8mN#.grJYMY9q5) si les gadgets électroniques sont conçus pour faire partie de notre monde, nous ne sommes pas pour autant conçus physiquement pour eux.

Nous pourrions également mentionner le [phénomène d'électrosensibilité](http://www.franceculture.fr/emissions/les-pieds-sur-terre/electrosensible) (<http://www.franceculture.fr/emissions/les-pieds-sur-terre/electrosensible>) qui supposerait que certaines personnes soient incapables de supporter les ondes qui nous entourent. Mais peut-on envisager, au XXI^e siècle, une vie sans ces outils qui s'imposent à nous à chaque minute de notre vie, sans concessions ni compromis envisageables?

Interdits de smartphone

BuzzFeed a ainsi recensé divers témoignages de patients se plaignant de douleurs articulaires, de tendinites ou de courbatures à force d'utiliser des objets électroniques. Fourmillement dans les mains, raideurs dans le poignet et la nuque, corps douloureux, certains symptômes se transforment parfois en véritables pathologies qui empêchent les sujets de se servir de leurs téléphones ou ordinateurs.

«C'est encore plus douloureux lorsque nous sommes jeunes, parce que nos os sont malléables, peuvent se tordre et se déformer pour toujours», explique le chirurgien Dr. Kenneth Hansraj à BuzzFeed qui a vu son nombre de jeunes patients augmenter. Les personnes âgées souffrent aussi, car leurs colonnes vertébrales se réduisent, ce qui les rendent plus à même de se blesser.»

BuzzFeed a ainsi rencontré Smolcic, une jeune femme qui a été durant des années designer graphique pour les Studios Pixar. Elle a passé des jours et des nuits face à son ordinateur, ses doigts en action pour cliquer, corriger et dessiner. Progressivement elle s'est mise à ressentir des douleurs de plus en plus aiguës au niveau des mains, jusqu'à interrompre son travail, malgré les mesures ergonomiques prises par Pixar.

La sentence a fini par tomber: à 28 ans, Smolcic ne pourrait jamais retrouver complètement l'usage de ses mains. Elle a alors quitté son agence de design à San Francisco et a entrepris un voyage pour se reposer des usages électroniques, dictant ses e-mails à son ordinateur et utilisant au minimum ses appareils électroniques.

Smolcic a aujourd'hui 33 ans. Elle a recouvré l'usage de sa main à 90% et ne sait pas dans quelle mesure elle peut de nouveau se servir d'un ordinateur. Et si elle envisage désormais une vie professionnelle *«active et dans le monde, par une vie derrière une ordinateur»*, il lui est impossible de se passer complètement de ces machines qui la stimulent autant qu'elles la détruisent. *«Ces machines, confie-t-elle à BuzzFeed, me donnent tant de pouvoir à portée de main».*

Ces mains qui, un jour, lui ont dit qu'elles avaient besoin d'une pause salutaire.

PARTAGEZ CET ARTICLE

11

LIKES

0

TWEETS

0

+1

0

LINKEDIN

Science & santé (/science-sante) smartphone (/taxonomy/term/6259)

+ de [smartphone \(/taxonomy/term/6259\)](/taxonomy/term/6259)



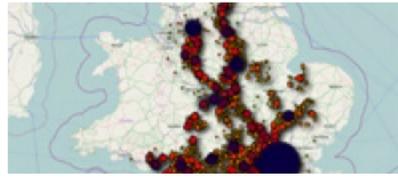
iMaman
(/story/28499/enfant-maman-iphone)
par Slate.com (/source/slatecom)

+ de [iPhone \(/taxonomy/term/92\)](/taxonomy/term/92)



Des applis pro-cigarette
(/lien/63961/applications-smartphones-promotion-cigarette)
par Pierrick de Morel (/source/61867/pierrick-de-morel)

+ de [wifi \(/taxonomy/term/1123\)](/taxonomy/term/1123)



Traqué par votre smartphone
(/lien/37181/iphone-traque-deplacements)
par Les dossiers de Slate (/source/les-dossiers-de-slate)

305 651 abonnés

556 923 abonnés
[Suivre @Slatefr \(https://twitter.com/Slatefr\)](https://twitter.com/Slatefr)

20 837 abonnés

SLATE

[Archives \(/archives\)](/archives)

[RSS \(/rss.xml\)](/rss.xml)

[Slate.com \(/www.slate.com\)](http://www.slate.com)

[Slate Afrique \(/www.slateafrique.com\)](http://www.slateafrique.com)

[Reader.fr \(/www.reader.fr\)](http://www.reader.fr)

L'ÉQUIPE

[Contacts \(/contacts\)](/contacts)

[Qui sommes-nous ? \(/qui-sommes-](/qui-sommes-nous)

[nous\) Comment fonctionne Slate ?](#)

[Charte des commentaires \(/charte-](/charte-des-commentaires)

[des-commentaires\)](#)

LES AMIS

[Datagif \(http://www.datagif.fr\)](http://www.datagif.fr)

[La règle du jeu \(http://laregledujeu.org\)](http://laregledujeu.org)

[Telos \(http://www.telos-eu.com/fr\)](http://www.telos-eu.com/fr)

LÉGAL

[Mentions légales](#)

[Conditions de vente](#)

[Mentions légales](#)

Tous droits réservés sur les contenus du site

En poursuivant votre navigation sur ce site, vous acceptez l'utilisation de cookies pour réaliser des statistiques de visites, vous proposer des publicités adaptées à vos centres d'intérêt et nous suivre sur les réseaux sociaux. > Paramétrer >

J'accepte