

Plus on étudie, plus on risque d'être myope

Le stéréotype de l'étudiant bigleux a-t-il un fondement dans la réalité ? Oui pour 3 universités, qui publient une étude en ce sens. Le professeur Rakic nuance.

● Anne SANDRONT

Les universités de Bristol, Cardiff et Canberra sortent aujourd'hui une étude qui conclut que plus longtemps on étudie, plus le risque de myopie est grand. Les chercheurs estiment qu'un Anglais ayant été sur les bancs de l'école pendant 17 ans au total (études supérieures de type long) sera plus myope qu'un autre ayant étudié 12 ans (jusqu'à 18 ans), avec en moyenne une dioptrie de -1... Une myopie légère, mais qui nécessite le port de lunettes pour conduire la voiture, par exemple.

Ils ne vont pas assez dehors

Le professeur Jean-Marie Rakic, chef du service d'ophtalmologie au CHU de Liège est familier avec ce type de résultats. Ce n'est pas la durée des études qui est problématique selon lui, mais l'environnement du jeune. « L'augmentation de la myopie est liée à l'environnement, au temps passé dehors comme le montrent des études australiennes et asiatiques. Une étude expérimentale en

Asie a forcé les enfants à aller dehors quand ils avaient une heure de récréation : deux ans après, il y avait moins de myopes dans ce groupe que dans les écoles voisines », dit-il.

Comment cela se fait-il ? « Des expériences chez le poulet confirment ce qu'on a observé chez ces enfants qui vont dehors : la lumière diminue le risque de myopie. On pense que c'est lié au rythme circadien (NDLR : jour-nuit) : la dopamine, est liée au rythme circadien, c'est elle qui fait passer la vision nocturne en vision diurne. » La nuit, on voit grâce aux bâtonnets (cellules réceptrices de la rétine) très sensibles à la moindre lumière, et le jour grâce à d'autres cellules, les cônes, qui permettent de voir la couleur et les détails. « Quand il y a trop peu de lumière, cela provoque une désorganisation de l'œil, qui fait qu'il a tendance à grandir. »

En Asie, la myopie est devenue (très fréquente car) la pression mise sur les enfants est très importante. Alors que chez nous, ce défaut de la vue a doublé depuis la Seconde Guerre mondiale, là-bas, il a plus que quadruplé. « Ils cherchent des solutions, par des lumières artificielles et des surfaces vitrées très importantes », explique le professeur. En Europe, le nombre de myopes n'incite pas les pouvoirs publics à obliger les enfants à aller jouer dehors. Même si 40 % de myopes, ça a un coût pour la société. ■

AVANT LA GUERRE

20 % de myopes dans le monde

AUJOURD'HUI

40 % En Europe

90 % En Asie

VITE DIT

2 milliards de personnes sont myopes dans le monde, selon le professeur Rakic. Les chercheurs anglais pensent qu'en 2050, le chiffre pourrait monter à 5 milliards.

À Séoul 96 % de la population est myope. « Les centres ophtalmologiques sont pris d'assaut pendant les congés scolaires. Il y a des problèmes de prise en charge », explique le Pr Rakic.

20 % des myopes souffrent de myopie grave... Et le pourcentage reste le même avec l'augmentation de la myopie. Jean-Marie Rakic : « Une myopie bénigne se corrige avec des lunettes, des lentilles, une opération au laser. Cela a un coût pour la société. Mais avec une myopie grave, l'œil est trop long. Il y a un risque de décollement de rétine, de glaucome, atrophie de l'œil... Une évolution vers la cécité. »