

Du **bon usage** de la téléphonie mobile

mati

Association Marocaine des
Professionnels des Télécoms



Sommaire

1. Introduction	3
2. Le téléphone mobile a-t-il un impact sur la santé ?	4
3. Antenne et terminaux : le Maroc veille à respecter les normes internationales	6
4. Quelques règles pratiques pour ma santé, ma sécurité et celles des autres	7
4.1. Des règles d'usages simples pour réduire l'exposition aux ondes	7
4.2. En voiture, je ne téléphone jamais	9
4.3. Qu'en est-il des risques d'interférences ?	10



1. Introduction

Avec plus de 36,5 millions d'abonnés à fin 2011, le téléphone mobile a révolutionné les usages et modes de communication. Le téléphone mobile permet d'appeler ses amis et sa famille, d'envoyer des SMS, d'avoir accès à ses mails ou encore à l'Internet mobile où que l'on soit et à n'importe quelle heure de la journée. Cette révolution technologique dans le quotidien de chaque Marocain s'accompagne également de plusieurs questions pratiques.



Ces questions concernent bien sûr la **santé** : Les ondes radio peuvent-elles avoir un impact sur la santé ? Que disent les études scientifiques ? Est-il possible de réduire l'exposition aux ondes ? Comment respecter le principe de précaution pour les enfants et les femmes enceintes ?



Elles concernent aussi l'utilisation du téléphone mobile **dans la vie de tous les jours** : Pourquoi est-il dangereux de téléphoner en conduisant ? Comment rester joignable dans sa voiture en toute sécurité ? Faut-il éteindre son téléphone à l'intérieur des hôpitaux et des avions ?



En définitive, **quelles sont les règles à respecter pour bénéficier de tout le potentiel de son téléphone mobile ?**

Cette brochure a pour objectif de répondre à ces multiples interrogations en informant sur l'état des connaissances scientifiques actuelles et en proposant un guide des bonnes pratiques en matière de téléphonie mobile.



2. Le téléphone mobile a-t-il un impact sur la santé ?

Les téléphones mobiles, comme tous les appareils électriques, émettent des ondes dans notre environnement. Ces ondes peuvent-elles être inquiétantes pour notre santé ?

A ce jour, plus de **14 000** études scientifiques ont été réalisées dans le monde, dont environ **700** sur la téléphonie mobile. Ces études ont été analysées par de nombreuses institutions indépendantes (Organisation Mondiale de la Santé, Union Européenne, autorités sanitaires de plusieurs pays).

Toutes ces institutions tirent la même conclusion : **aucune preuve scientifique ne permet aujourd'hui de démontrer que l'utilisation des téléphones mobiles présente un risque notable pour la santé.**

14 000 études scientifiques à ce jour, **700** sur la téléphonie mobile

Cellules Animaux Epidémie Théorie Humains



Les études sont revues et analysées par de nombreuses institutions sanitaires (Organisation Mondiale de la Santé, Union Européenne, autorités sanitaires nationales)



Il n'existe aucune preuve scientifique d'un danger pour la santé lorsque l'exposition aux ondes radio est inférieure aux seuils recommandés par l'OMS.

Source : Images Microsoft, données AFOM

Ces conclusions ne sont pas étonnantes dans la mesure où le rayonnement des ondes a toujours existé dans la nature. Les équipements électroménagers que l'on trouve chez soi rayonnent autant, voire plus, qu'un téléphone mobile. La mesure du rayonnement d'un appareil électrique peut beaucoup varier en fonction des circonstances. C'est pourquoi une étude du Centre Nationale de Recherche Scientifique (CNRS) français a décidé en 2009 de mesurer les ondes reçues réellement en moyenne par un individu au cours

d'une journée. Cette étude montre qu'un four à micro-ondes ou une radio FM génèrent en moyenne 2 à 3 fois plus d'ondes qu'un téléphone mobile.

La mesure se fait grâce à l'unité « volt par mètre » (ou « V/m »). Cette étude montre également que le rayonnement moyen du téléphone mobile GSM (0,013V/m) est très inférieur au seuil maximal préconisé par l'OMS qui est de 41V/m.



Source : Images Le Parisien et Microsoft, étude « Viel J-F, Radiofrequency exposure in the French general population: band, time, location and activity variability, Environ Int (2009) »

Il n'existe à ce jour aucune preuve d'un danger pour la santé de la téléphonie mobile. Cependant les recherches continuent et en attendant de nouveaux résultats les groupes d'experts recommandent d'adopter une attitude inspirée du principe de précaution. Le principe de précaution ne signifie pas qu'il y ait un risque avéré mais vise simplement à rester **prudent** dans l'utilisation quotidienne du téléphone mobile.



3. Antenne et terminaux : le Maroc veille à respecter les normes internationales

Le Maroc applique les recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé. Les téléphones mobiles et les antennes ne peuvent pas émettre au-delà d'un certain seuil défini par l'OMS.



Des mesures de contrôle sont réalisées à intervalles réguliers par les autorités marocaines. Ainsi, l'Agence Nationale de Réglementation des Télécommunications a procédé à des analyses de sites où sont placés des antennes de téléphonie mobile. L'ensemble de ces sites est bien conforme aux normes internationales.



Source : Données MATI, adaptation TERA Consultants, les échelles sont respectées

La sécurité des usagers est renforcée par le choix des constructeurs de terminaux : les opérateurs mobiles ne distribuent que des terminaux de constructeurs préalablement homologués par le régulateur et respectant les normes internationales...



4. Quelques règles pratiques pour ma santé, ma sécurité et celles des autres

Le téléphone mobile ne présente aucun risque avéré pour la santé. Il est cependant utile de respecter quelques règles faciles à vivre pour réduire son exposition aux ondes et privilégier sa sécurité... et celle des autres !

4.1. Des règles d'usages simples pour réduire l'exposition aux ondes

Ces règles ne sont utiles que lorsque vous téléphonez. En effet un téléphone mobile que l'on ne déplace pas n'émet que toutes les 3 heures en moyenne afin de signaler sa présence auprès de l'antenne la plus proche.



1) Privilégier autant que possible l'usage des kits mains-libres ou des oreillettes Bluetooth. Ils permettent en effet de réduire l'exposition du cerveau aux ondes radio du téléphone mobile.

2) Faire attention au niveau de réception. Le téléphone mobile augmente sa puissance d'émission, et donc l'exposition aux ondes radio, d'autant plus qu'il se situe dans une zone où la réception est faible. Ainsi, il est recommandé de vérifier le niveau de réception indiqué sur le téléphone et de privilégier les zones où la réception est la plus élevée pour téléphoner.



4.2. En voiture, je ne téléphone jamais

Ces règles ne sont utiles que lorsque vous téléphonez. En effet un téléphone mobile que l'on ne déplace pas n'émet que toutes les 3 heures en moyenne afin de signaler sa présence auprès de l'antenne la plus proche.



Téléphoner en conduisant augmente considérablement le risque d'accident.

Pour ne pas mettre en danger sa sécurité et celle des autres, il est **INTERDIT** au Maroc de téléphoner au volant (article 6 bis du décret n°2-04-748 du 17 janvier 2005 modifiant et complétant l'arrêté du 24 janvier 1953 sur la police de circulation et de roulage). L'usage d'oreillettes est toléré mais reste déconseillé en raison des risques élevés d'accident par manque de concentration.

Le téléphone mobile ne doit pas être le meilleur compagnon du conducteur.

L'usage du téléphone mobile en voiture doit **TOUJOURS** se faire à l'arrêt et sans gêner la circulation des autres :



3) Eloigner le téléphone mobile de son oreille au moment où il établit la connexion pour une communication.

Lorsque vous ne téléphonez pas avec un kit mains-libres ou une oreillette, attendez quelques secondes après la connexion pour porter le terminal à votre oreille. C'est en effet au moment de la connexion que votre téléphone mobile émet à sa puissance maximale.



4) Limiter pour les enfants de moins de 12 ans le temps de communication au strict nécessaire.



5) Eloigner le téléphone mobile des zones corporelles sensibles telles que le ventre pour les femmes enceintes ou les parties génitales pour les adolescents.



Quand vous recevez un appel lorsque vous conduisez, laissez votre messagerie prendre un message ou bien un passager répondre à votre place.

Ne jamais rédiger ou consulter des SMS ou utiliser son téléphone quand vous êtes au volant.

Afin de ne pas être perturbé ou incité à répondre, il est conseillé de mettre son téléphone sur **silence ou vibreur**.

Enfin si vous êtes à pied, il faut éviter de traverser les rues en téléphonant ou en rédigeant un SMS.



4.3. Qu'en est-il des risques d'interférences ?

Un appareil électrique qui émet des ondes peut perturber le fonctionnement d'autres appareils électriques **en créant des interférences**. C'est pourquoi les porteurs d'appareils médicaux doivent prendre des précautions particulières, c'est pour cette raison, d'ailleurs que, chacun d'entre nous doit éteindre son téléphone dans les hôpitaux et les avions.



Porteurs d'appareils médicaux.

En raison des risques d'interférences avec certains appareils médicaux tels que les **pacemakers** ou les **prothèses auditives**, il est recommandé d'éloigner le téléphone mobile à plus de **15 cm**.

Il ne faut téléphoner qu'avec une oreillette placée à l'opposé de l'appareil médical.



Hôpitaux et avions.

Les émissions d'ondes radio émises par les téléphones mobiles peuvent perturber le fonctionnement d'autres équipements électroniques notamment dans les **hôpitaux** ou à bord des **avions**. Il est donc impératif d'**éteindre le téléphone mobile**, et non simplement le mettre en veille, chaque fois que cela est demandé.





Avenue Annakhil,
Hay Riad, Rabat - Maroc
Tél. : (+212) 537 715 600
Fax : (+212) 537 712 238