

La santé visuelle pas encore suffisamment prise au sérieux par les Canadiens

Une nouvelle étude révèle que 41 % des Canadiens ont une mauvaise connaissance des risques pour leur santé visuelle, et qu'ils sont trop peu nombreux à adopter les bons réflexes en matière de prévention et de consultation

Montréal (QC), le 14 septembre 2017 – Force est de constater qu'un important travail d'éducation reste à faire auprès des Canadiens en matière de santé visuelle dans la prévention et la compréhension des risques avant que les conséquences ne soient irréversibles. Telles sont les conclusions d'un document de réflexion sur les Canadiens et les risques pour la santé visuelle, dévoilé par Essilor Canada. S'appuyant sur un sondage omnibus réalisé par l'institut de sondage Ipsos auprès de 1 200 Canadiens et les commentaires de deux experts en optométrie, ce document dresse un état des lieux de la connaissance et de la compréhension des risques pour la santé visuelle des Canadiens, ainsi que de leurs comportements lorsqu'ils sont confrontés à des problèmes de santé visuelle. Il propose également des recommandations aux Canadiens pour qu'ils prennent en main leur santé visuelle, ainsi que des suggestions pour toutes les parties prenantes de l'industrie des soins visuels afin d'améliorer l'éducation et la prévention. Le document de réflexion est consultable et téléchargeable à l'adresse bit.ly/2vPmvQY.

Des différences générationnelles dans la connaissance, la compréhension et les attitudes vis-à-vis des facteurs de risques

Si 41 % des Canadiens interrogés dans le cadre de cette étude reconnaissent avoir une connaissance limitée des facteurs de risques pour la santé visuelle, il existe néanmoins des disparités selon les générations. Ainsi les milléniaux (jeunes de 18 à 34 ans) sont plus nombreux à avoir déclaré une bonne connaissance des risques (65 %) que leurs aînés (57 % pour les 35-54 ans et 58 % pour les 55 ans et plus).

L'étude s'attachait également à mesurer l'importance accordée par les Canadiens aux différents facteurs de risques externes et comportementaux. Selon eux, les deux principaux facteurs de risques externes pour leur santé visuelle sont l'exposition aux rayons UV par temps ensoleillé ou en été, et l'exposition au rayonnement UV artificiel. Ces deux risques sont considérés comme très importants par respectivement 65 % et 63 % des Canadiens, devant l'exposition aux rayons UV par temps couvert, pluvieux ou en hiver (39 %), l'exposition aux écrans numériques (35 %) et l'exposition aux lumières artificielles (26 %).

Pour respectivement 66 % et 55 % des répondants, avoir des problèmes de vue non corrigés (vision trouble, problème pour voir les objets distinctement de près ou de loin) et la conduite avec une exposition aux reflets éblouissants du soleil sont les deux facteurs de risques comportementaux les plus importants, suivis par le fait de porter des lunettes inconfortables avec des montures tordues ou mal ajustées, des verres rayés ou non appropriés altérant la vue (44 %), la conduite de nuit avec une exposition aux lumières éblouissantes comme les phares de voiture ou signalisations lumineuses (40 %), les activités méticuleuses prolongées (34 %) et le travail ou la poursuite d'activités la nuit ou dans l'obscurité (31 %).

Là encore, les différences générationnelles s'expriment à travers l'importance accordée aux facteurs de risques externes et comportementaux. Les Canadiens âgés de 35 ans et plus semblent plus conscients des risques liés à l'exposition aux rayons UV par temps ensoleillé que les milléniaux : 66 % des 35-54 ans et 74 % des 55 ans et plus estiment ce risque très important, contre seulement 55 % pour les 18-34 ans. À l'inverse, les jeunes Canadiens (36 % des 18-34 ans et 40 % des 35-54 ans) sont plus conscients des risques liés à l'exposition aux écrans numériques, alors que seulement 29 % des plus de 55 ans considèrent ce risque comme problématique.

« Beaucoup de baby-boomers ont eu affaire à des pertes de vision chez leurs parents, se souviennent de la dépendance occasionnée et de la manière dont cela a affecté sérieusement leur qualité de vie », explique Dre Diana Monea, optométriste basée à Calgary (Alberta). « À mesure qu'ils vieillissent à leur tour, ils comprennent que les maladies oculaires comme la cataracte ou la dégénérescence maculaire liée à l'âge peuvent leur arriver avec des conséquences graves s'ils ne protègent pas leur santé visuelle », poursuit-elle.

Confrontés aux écrans numériques au quotidien dans leur travail et dans leur vie courante¹, les Canadiens de 18 à 54 ans semblent de plus en plus préoccupés par la surexposition à la lumière bleue². « *Nous devons attendre de nouvelles études longitudinales pour savoir si l'exposition excessive à la lumière bleue cause des dommages aux cellules de la rétine, mais des études récentes montrent que la performance visuelle et le confort visuel augmentent avec l'utilisation de verres qui filtrent sélectivement la lumière bleue à haute énergie, bien mieux qu'avec les filtres jaunes non sélectifs* », explique le Dr Jack DiBerardino, optométriste basé à Orangeville (Ontario).

La santé visuelle, un capital précieux, mais mal compris

Si les Canadiens reconnaissent à juste titre les rayons UV naturels et artificiels comme le principal facteur de risque externe, Dr DiBerardino s'étonne néanmoins que ces chiffres ne soient pas plus élevés : « *Malgré les nombreuses campagnes médiatiques au cours des dernières décennies, 35 % et 37 % de la population ne sont toujours pas conscients du risque. C'est beaucoup. Je pense que les Canadiens ne font pas le lien entre la dangerosité des UV pour la peau, qu'ils comprennent bien à travers les coups de soleil ou plus sérieusement les mélanomes, et le risque pour leurs yeux* ».

L'étude s'avère également instructive quant aux problèmes de santé visuelle rencontrés par les Canadiens et leurs attitudes face à ces problèmes : 85 % des Canadiens ont rencontré des problèmes de santé visuelle au cours des 12 derniers mois à travers des démangeaisons oculaires, des yeux larmoyants ou secs (56 %), de la fatigue oculaire (55 %), des problèmes pour voir correctement les objets à distance (39 %) ou de près (37 %), des problèmes de vision double (12 %).

L'étude montre ainsi que les Canadiens sont surtout sensibles aux risques dont les symptômes se manifestent à travers une douleur ou un inconfort, bien qu'ils ne soient pas nécessairement les plus dangereux pour l'œil. En effet, il existe une différence notable entre les symptômes, leur intensité et les risques. De nombreuses personnes ne prennent pas en considération les risques silencieux, comme la surexposition aux rayons UV, qui ne présentent pas de symptômes douloureux, mais constituent cependant de sérieuses menaces à long terme.

Par ailleurs, si 85 % des Canadiens ont connu des problèmes de santé visuelle au cours des 12 derniers mois, seuls 57 % d'entre eux sont allés consulter un professionnel de la vue. Parmi les principales raisons évoquées pour justifier le fait de ne pas avoir consulté un optométriste, l'inconfort minime et les considérations financières (budget, couverture d'assurance) sont les plus fréquentes. Ces justifications inquiètent particulièrement les experts en santé visuelle qui voient ici un manque d'éducation des Canadiens sur l'importance de préserver leur santé visuelle, un capital qui ne peut aller en s'améliorant au cours de la vie : « *beaucoup de gens prennent leur santé visuelle pour acquise jusqu'à ce qu'ils soient affectés par un problème sérieux* », constate Dre Monea. « *La douleur, l'aggravation continue ou une vision floue conduiront alors les gens à consulter dans l'urgence. Malheureusement, les dégâts sont parfois irréversibles s'ils sont pris en charge trop tardivement.* »

La santé visuelle, une priorité secondaire parmi les problématiques de santé au Canada

Les Canadiens considèrent la préservation de leur santé visuelle comme secondaire, notamment pour les jeunes générations qui sont les plus nombreuses à ne pas avoir consulté un professionnel de la vue après avoir rencontré un problème de santé visuelle : « *Le problème de la non-consultation d'un professionnel de la vue résulte de l'importance accordée à la santé des yeux par rapport à d'autres sujets de santé ou de bien-être, tels que les soins dentaires ou les soins esthétiques* », explique Dr DiBerardino. « *Les jeunes sont davantage préoccupés par leur acceptation sociale et leur santé visuelle passe en second plan. Les personnes de 55 ans et plus sont certainement les plus conscientes en matière de santé, et elles y consacrent plus de ressources, de temps et d'argent.* »

Cependant, les experts en santé visuelle sont unanimes quant à la nécessité de prévenir les risques pour la santé visuelle avant que des problèmes ne se produisent et d'encourager des examens de la vue réguliers, en particulier pour les enfants, pour qui la vue est le principal vecteur d'apprentissage : « *Nous savons que 80 % de ce que les enfants apprennent en classe passe par la vue, mais seulement 15 % des enfants ont subi un examen de la vue complet avant de commencer l'école. Pourtant, nous savons que 25 % des enfants d'âge scolaire ont*

¹ 30 % des adultes passent plus de 9 heures par jour à utiliser des appareils numériques. Vision Council 2015, Rapport sur la fatigue oculaire.

² La lumière bleue a la particularité d'être à la fois bénéfique et nocive, car elle se situe à la limite de la lumière visible et non visible. La lumière bleu-turquoise est nécessaire pour notre acuité visuelle et notre bien-être, alors que la lumière bleu-violet est nocive, car elle pénètre au fond de l'œil et peut endommager la rétine.

des problèmes de vision ou de santé non diagnostiqués qui pourraient avoir des conséquences sur leur apprentissage et leur réussite scolaire », regrette Dr DiBerardino.

Si les Canadiens sont en droit d'attendre davantage des gouvernements en matière de couverture sociale pour les soins oculaires, les experts en santé visuelle pensent que les acteurs de l'industrie devraient travailler ensemble pour mener des actions coordonnées pour promouvoir l'importance de la santé visuelle et éduquer les Canadiens sur les meilleures solutions pour se prémunir des maladies oculaires et protéger leur vue.

Des solutions peuvent être également trouvées dans une meilleure collaboration avec les autres professionnels de la santé et notamment les médecins de famille qui sont souvent les premiers interlocuteurs des Canadiens en matière de santé.

À propos d'Essilor Canada

Parce que les Canadiens ont des besoins visuels ayant des conséquences sur leur vie et que leur santé visuelle nous tient à cœur, la mission d'Essilor Canada est d'*Améliorer la vision pour améliorer la vie*. Celle-ci inspire chacune de nos actions : le développement de nos produits, services, technologies, formations, initiatives philanthropiques, ainsi que notre implication au niveau de l'environnement, de la santé et de la sécurité.

Présente au Canada depuis 1972, Essilor est fière de soutenir l'économie canadienne avec plus de 1000 employés, 3 laboratoires de surfaçage numérique et 40 laboratoires régionaux et partenaires. Essilor Canada est une filiale d'Essilor International, le numéro un mondial de l'optique ophtalmique qui investit chaque année d'importantes sommes en recherche et développement afin de créer de nouveaux produits toujours mieux adaptés aux besoins des porteurs. Essilor conçoit, fabrique et personnalise une vaste gamme de verres et de traitements distribués par les professionnels de la vue et permettant de prévenir les problèmes de santé visuelle, de corriger et de protéger la vue. Les Canadiens peuvent faire confiance aux marques d'Essilor telles que Varilux[®], Eyezen^{MC}, Crizal[®], Xperio[®] et Transitions^{MD} pour leurs besoins visuels.

- 30 -

Pour plus d'informations :

Bertrand Legret/Geneviève Cormier
Massy Forget Langlois relations publiques
514 842-2455 postes 15/26
blegret@mflrp.ca/gcormier@mflrp.ca