

# Téléphones mobiles

## Adopter les 6 bons comportements

**B**on ou mauvais pour la santé ? Il n'existe pas aujourd'hui de preuve scientifique démontrant que l'usage des téléphones mobiles présente un risque pour la santé. Cependant, des interrogations subsistent sur d'éventuels effets à long terme des ondes radiofréquences, d'autant plus que certains consommateurs font de ces technologies un usage intensif et ce de plus en plus jeune. À titre de précaution, voici 6 comportements à adopter pour réduire son exposition aux ondes émises par les téléphones mobiles.

### Utiliser un kit mains-libres ou le haut parleur



En éloignant le téléphone mobile de la tête, un kit mains-libres ou le haut parleur permettent de diminuer son exposition aux ondes.

### Éviter les conversations trop longues



Une communication prolongée augmente la durée d'exposition aux ondes.

### Privilégier les messages texte pour communiquer

Salut !

Ça va ?

En privilégiant des messages texte (messages instantanés, SMS, courriels...), un téléphone émet moins d'ondes, car il se connecte à l'antenne relais la plus proche uniquement le temps d'envoyer le message.

### Éviter de maintenir votre téléphone à l'oreille dans les transports



Lors d'un appel en transports, le téléphone entre successivement en relation avec différentes antennes-relais et peut élever sa puissance au niveau maximum pour les rechercher.

### Privilégier les zones de bonne réception



Lorsque la réception est bonne, le téléphone diminue sa puissance d'émission au minimum nécessaire pour assurer une bonne liaison. Le nombre de barrettes affiché par le téléphone informe sur la qualité de la réception : plus il y en a, mieux c'est !

### Choisir un téléphone mobile ayant un DAS faible



Le DAS, ou débit d'absorption spécifique, quantifie l'exposition du corps humain aux ondes émises par un téléphone mobile. Tous les mobiles commercialisés en France ont l'obligation réglementaire d'avoir un DAS inférieur à 2 W/kg.

## Pour en savoir plus

[WWW.RADIOFREQUENCES.GOUV.FR](http://WWW.RADIOFREQUENCES.GOUV.FR)

Le portail interministériel qui présente les effets sanitaires, les travaux du gouvernement, la législation en vigueur...

[WWW.ONDES-INFO.FR](http://WWW.ONDES-INFO.FR)

Le service d'assistance sur les champs électromagnétiques géré par l'Institut national de l'environnement industriel et des risques (Ineris)

[WWW.ECOLOGIQUE-SOLIDAIRE.GOUV.FR](http://WWW.ECOLOGIQUE-SOLIDAIRE.GOUV.FR)



MINISTÈRE  
DE LA TRANSITION  
ÉCOLOGIQUE  
ET SOLIDAIRE

MINISTÈRE  
DES SOLIDARITÉS  
ET DE LA SANTÉ