

L'ordinateur portable est-il dangereux pour votre santé

Les ordinateurs portables sont pratiques et de plus en plus répandus. Mais il peut être intéressant de se pencher sur leur impact sur la santé...

Leur utilisation peut elle être dangereuse !!

Quand les ordinateurs portables entraînent des problèmes de peau

A cause des ordinateurs portables, il peut observer une augmentation "erythema ab igne", une dermatite due à la chaleur que dégage l'ordinateur: la peau devient brunâtre et marbrée. Ce sont les cuisses qui sont touchées, quand on pose l'ordinateur directement dessus. Ce problème n'a pas de conséquences graves. Il signale simplement que la peau a été exposée trop longtemps à une chaleur trop élevée, mais pas assez pour causer une véritable brûlure. On l'appelle aussi parfois dermatite des chauffettes, parce qu'il peut toucher des personnes (souvent âgées) qui abusent d'accessoires chauffants. La température d'un PC portable peut avoisiner les 50C°. Il est fortement déconseillé de poser les PC portable sur les genoux, à même la peau mais de toujours Le déposer sur une table, un bureau ou un plateau coussin prévu à cet effet. En posant le PC sur la table ou un plateau ventilé, vous n'encourez aucun risque de réaction cutanée et encore moins de voir tomber votre PC de vos genoux

Ordinateurs portables : attention au dos!

Autre risque associé aux ordinateurs portables, le mal de dos entraîné par une mauvaise position. En effet, si un ordinateur ordinaire suppose en général un bureau et une chaise, ce n'est pas le cas du portable. Il n'est donc pas rare de se retrouver, sans y faire attention, complètement recroquevillé au-dessus d'un portable surtout que l'écran n'est pas lisible dans toutes les conditions d'éclairage, ou au contraire vautré dans un canapé tout en utilisant l'ordinateur. Vigilance, donc, il est important, portable ou pas, de travailler bien assis et le dos droit. Attention aussi à vos poignets; les claviers plus réduits de certains ordinateurs portables peuvent augmenter le risque de Syndrome du Canal Carpien selon la position que vous adoptez. N'hésitez pas à brancher un clavier sur votre portable pour éviter ce problème; il existe aussi des coussins ou des tapis spécialement mis au point pour reposer les poignets pendant que vous tapez.

Ordinateurs portables : pas seulement quand vous les utilisez

S'il est important de protéger votre dos pendant que vous utilisez un ordinateur portable, ne le négligez pas non plus pendant que vous le portez! En effet malgré les progrès de la technologie, les ordinateurs portables restent des engins plutôt lourds, et la plupart des sacs qui permettent de les transporter sont prévues pour être portées sur une seule épaule. Investissez dans un sac à dos si vous êtes sujet au mal de dos; et si vous restez à la sacoche vérifiez que sa sangle est bien large et munie d'antidérapant pour plus de stabilité.