

**(santé-magazine 9/5/23) Selon une récente étude publiée dans European Heart Journal, avoir une conversation téléphonique pendant trente minutes (ou plus) par semaine avec son téléphone portable augmente de 12 % le risque de souffrir d'hypertension artérielle. « C'est le nombre de minutes que les gens passent à parler sur un mobile qui compte pour la santé cardiaque, plus de minutes signifiant un plus grand risque. Des années d'utilisation ou d'utilisation d'une configuration mains libres n'ont eu aucune influence...**

sur la probabilité de développer une hypertension artérielle. D'autres études sont nécessaires pour confirmer les résultats », souligne l'auteur de l'étude, le professeur Xianhui Qin de la Southern Medical University de Guangzhou, en Chine, dans le communiqué mis en ligne par la Société européenne de cardiologie.

Pour parvenir à cette étude, les chercheurs ont examiné le lien entre passer du temps au téléphone et l'apparition d'hypertension artérielle. L'ensemble de cette analyse a été mené auprès de 212 046 adultes âgés de 37 à 73 ans qui ne souffraient pas d'hypertension. Les utilisateurs de téléphone ont rapporté leur temps d'utilisation via un questionnaire. Dans le cadre de cette étude, les scientifiques ont ajusté les résultats en fonction de l'âge, le sexe, l'indice de masse corporelle, la race, la privation, les antécédents familiaux d'hypertension, l'éducation, le statut tabagique, la tension artérielle, les lipides sanguins, l'inflammation, la glycémie, la fonction rénale et l'utilisation de médicaments pour abaisser le taux de cholestérol ou de glycémie.

Le suivi a été réalisé sur douze ans, pendant cette période 13 984 participants ont développé une hypertension. « Les utilisateurs de téléphones portables avaient un risque d'hypertension 7 % plus élevé que les non-utilisateurs. Ceux qui parlaient sur leur mobile pendant 30 minutes ou plus par semaine avaient une probabilité 12 % plus élevée d'apparition d'une nouvelle hypertension artérielle que les participants qui passaient moins de 30 minutes au téléphone », résumant les chercheurs dans l'étude. Avant de compléter : « Un temps d'utilisation hebdomadaire de 30 à 59 minutes, 1 à 3 heures, 4 à 6 heures et plus de 6 heures a été associés à un risque accru d'hypertension artérielle de 8 %, 13 %, 16 % et 25 %, respectivement ». Les chercheurs n'ont pas constaté d'effet particulier du mode d'utilisation (kit main libre par exemple). Autre élément important, les scientifiques ont constaté que la probabilité de développer une hypertension artérielle était plus élevée chez **les personnes à haut risque génétique** qui passaient au moins 30 minutes par semaine à parler sur un mobile.

« Nos résultats suggèrent que parler sur un mobile peut ne pas affecter le risque de développer une hypertension artérielle tant que **le temps d'appel hebdomadaire est inférieur à une demi-heure**. Des recherches supplémentaires sont nécessaires pour reproduire les résultats, mais jusque-là, il semble prudent de réduire au minimum les appels téléphoniques mobiles pour préserver la santé cardiaque », recommande le professeur Qin.

Sources : [Mobile phone calls linked with increased risk of high blood pressure](#) , ESC, 5 mai 2023

<https://www.santemagazine.fr/actualites/actualites-sante/telephoner-plus-de-30-minutes-lie-a-un-risque-accru-dhypertension-arterielle-1022960>