



L'Association canadienne des optométristes (ACO) sensibilise à l'épidémie de myopie chez les enfants et à l'importance de limiter le temps devant un écran

Cette année encore, l'ACO et ses partenaires s'engagent à démystifier la myopie et recommandent un examen de la vue annuel pour les enfants afin de protéger leur vue dès le plus jeune âge.

Ottawa, 1^{er} octobre 2024 – Octobre étant le mois de la santé visuelle des enfants, l'Association canadienne des optométristes (ACO) lance une nouvelle campagne nationale sur la myopie et pour sensibiliser les parents, tuteurs et tutrices à l'importance d'un examen annuel de la vue chez les enfants. Plusieurs associations optométriques provinciales ([Association des Optométristes du Nouveau-Brunswick](#), [Newfoundland & Labrador Association of Optometrists](#), [Nova Scotia Association of Optometrists](#), [The Prince Edward Island Association of Optometrists](#)) et des commanditaires de l'industrie - [Alcon](#), [CooperVision](#) et [Sun Pharma Canada](#) – se sont associés à cette campagne.

La myopie est l'une des principales causes de perte de vision dans le monde¹

Reconnue comme un trouble visuel affectant actuellement 30 % de la population, la myopie est devenue une crise mondiale de santé publique exigeant une attention immédiate. D'ici 2050, la prévalence de la myopie devrait atteindre 50 % de la population mondiale. Parallèlement à cela, la myopie apparaît plus tôt dans l'enfance (6-7 ans) et progresse à un rythme plus rapide que chez les générations précédentes. Les personnes atteintes de myopie ont des difficultés à voir les objets éloignés, tels que les panneaux de signalisation, les tableaux blancs, les écrans de cinéma et de télévision. La myopie est causée par des facteurs génétiques et environnementaux. Toutefois, l'augmentation du temps passé devant un écran est également corrélée à un taux de myopie plus élevé chez les enfants. Une forte myopie est associée à un risque accru d'affections menaçant la vue, comme le décollement de la rétine, la cataracte, le glaucome et la maculopathie myopique.

Protéger la vue des enfants

Lorsque l'enfant grandit, ses yeux grandissent aussi ! Une vision saine est un élément important du bien-être général de l'enfant, dans ses activités quotidiennes à l'école et en dehors. Elle a un impact fondamental sur son apprentissage et son développement.

Cependant, les enfants qui ont des problèmes de vision n'en ont généralement pas conscience, car ils supposent que tout le monde voit comme eux.

¹ Bourne RR, Stevens GA, White RA, Smith JL, Flaxman SR, Price H, et al. Causes of vision loss worldwide, 1990-2010: a systematic analysis. *Lancet Glob Health*. 2013;1(6):e339-49.



Il arrive également que les parents ne se rendent pas compte que leur enfant a un problème de vue, surtout s'il semble bien interagir dans d'autres domaines. « **Il est important de se rappeler qu'une fois que la myopie a progressé, la vision de la personne ne reviendra pas.** Il est possible de ralentir, voire d'arrêter la progression, mais pas de l'inverser ou de la résoudre par la suite. C'est pourquoi nous devons nous concentrer sur la prévention et le dépistage précoce », déclare le Dr Spiro, président de l'Association canadienne des optométristes.

Faire des soins oculaires une routine

« **Il est essentiel que les enfants passent un examen complet de la vue chaque année. Il n'est jamais trop tôt pour consulter son optométriste** », poursuit le Dr Spiro.

L'ACO recommande aux parents de prévoir des examens oculaires complets pour leurs enfants dès l'âge de six à neuf mois, puis entre deux et cinq ans, et ensuite tous les ans jusqu'à l'âge de 19 ans. Après 19 ans, le développement des yeux se stabilise, ce qui permet des examens tous les deux ans pour les adultes en bonne santé qui n'ont pas de problèmes oculaires connus.

Les examens annuels de la vue sont essentiels, même si aucun symptôme n'est apparent, afin de détecter rapidement les problèmes potentiels et d'assurer une intervention opportune. L'optométriste effectuera des tests pour déterminer s'il y a une ordonnance pour la myopie et les meilleures options de traitement pour en ralentir la progression.

Au-delà de la salle d'examen, les parents, tuteurs et tutrices peuvent maintenir de bonnes habitudes pour minimiser l'impact de la myopie et protéger la vue des enfants.

Des études ont montré qu'une heure de temps en plein air chaque jour pour les enfants peut aider à retarder l'apparition de la myopie^{2,3}. Le port de lunettes de soleil et l'application d'un écran solaire sont également importants à l'extérieur.

L'ACO recommande également de [limiter le temps passé devant un écran pour les enfants](#). Lorsqu'ils entrent à l'école, il peut être difficile de limiter le temps passé devant un écran, avec l'école virtuelle et les divertissements électroniques. Par conséquent, prendre la bonne habitude de faire des pauses régulières loin des écrans toutes les 30 à 60 minutes permet de détendre les yeux. Pour tous les enfants, le temps d'écran est déconseillé au moins une heure avant le coucher, afin de favoriser un meilleur sommeil.

« Les examens oculaires complets annuels sont essentiels pour aider les enfants à voir avec clarté », a déclaré Vanessa Johari Hansen, cheffe nationale de division commerciale, Soins oculaires, chez Alcon Canada.

² Guo Y et al. Outdoor jogging and myopia progression in school children from rural Beijing: the Beijing children eye study. *Transl Vis Sci Technol.* 2019;8(2):2-2

³ Xiong S et al. Time spent in outdoor activities in relation to myopia prevention and control: a meta-analysis and systematic review. *Acta Ophthalmol.* 2017;95(6):551-566.



« Selon l'ACO et les études récentes, l'utilisation accrue d'appareils numériques dans les écoles et pour le divertissement soulève des inquiétudes liées à la fatigue oculaire et à la sécheresse oculaire numérique^{4, 5}. Chez Alcon, nous nous engageons à résoudre ces problèmes et à promouvoir la santé oculaire à long terme. »

Aidez-les à voir plus loin

Une vision saine est un élément important du bien-être général d'un enfant, qui lui permet de réussir dans ses activités quotidiennes à l'école et en dehors. La campagne nationale incite les parents, tuteurs et tutrices à prendre des mesures proactives concernant la santé oculaire des enfants et fournit des ressources pour trouver l'optométriste près de chez eux.

La campagne sera diffusée tout au long du mois d'octobre sur Facebook, Instagram, YouTube, TikTok et Spotify dans les deux langues officielles afin de sensibiliser à la myopie juvénile.

« À court terme, la myopie empêche les enfants de participer pleinement à la vie quotidienne. Corriger la myopie n'est qu'une partie de la bataille, car la condition peut s'aggraver au fur et à mesure que l'enfant grandit », a déclaré Enrique Contreras, directeur national de CooperVision Canada. « En tant que leader mondial dans le contrôle et la gestion de la myopie chez les enfants, nous nous engageons à fournir des solutions spécifiquement développées pour contrôler cette progression, ce qui peut réduire de manière significative le risque de complications liées à la myopie et de perte de vision plus tard dans la vie. »

Pour plus d'informations sur la campagne de l'ACO, visitez : <https://opto.ca/fr/aidez-les-a-voir-plus-loin>

Sources:

<https://opto.ca/fr/bibliotheque-sante-oculovisuelle/activites-difficiles-pour-les-enfants-ayant-des-problemes-de-vision>

<https://opto.ca/fr/bibliotheque-sante-oculovisuelle/myopie-brachymetropie>

<https://opto.ca/fr/bibliotheque-sante-oculovisuelle/jouer-dehors-peut-aider-preserver-la-vue-des-enfants>

-30-

À propos de l'Association canadienne des optométristes

L'Association canadienne des optométristes (ACO) est la voix nationale de l'optométrie et se consacre à fournir leadership et soutien à plus de 8 300 membres afin d'améliorer la prestation de services de santé oculaire et de vision claire pour tous les Canadiens. Pour plus d'informations, visitez le site <https://opto.ca/fr>

Pour les demandes médias, veuillez contacter :

Julie Vanghelder, directrice des communications et du marketing, jvanghelder@opto.ca

⁴ Sheppard AM et al. Digital eye strain: prevalence, measurement and amelioration. *BMJ Open Ophthalmol.* 2018 3(1):e000146.

⁵ Mohan A et al. Prevalence and risk factor assessment of digital eye strain among children using online e-learning during the COVID-19 pandemic: Digital eye strain among kids (DESK study-1). *Indian J Ophthalmol.* 2021;69(1):140-144.



À propos d'Alcon

Alcon aide les gens à voir avec clarté. En tant que chef de file mondial des soins oculaires, avec un héritage qui s'étend sur plus de 75 ans, nous offrons la gamme de produits la plus vaste pour améliorer la vue et la vie des gens. Chaque année, nos produits chirurgicaux et nos produits de soins oculaires touchent la vie de plus de 260 millions de personnes aux prises avec des affections comme la cataracte, le glaucome, les maladies rétinienne et les erreurs de réfraction, dans plus de 140 pays. Nos plus de 25 000 associés améliorent la qualité de vie grâce à des produits novateurs, des partenariats avec des professionnels des soins oculaires et des programmes qui favorisent l'accès à des soins oculaires de qualité. Apprenez-en plus en visitant le site www.alcon.ca/fr

À propos de CooperVision

CooperVision, une division de CooperCompanies (Nasdaq:COO), est l'un des principaux fabricants de lentilles cornéennes au monde. L'entreprise produit une gamme complète de lentilles cornéennes souples à usage unique, bimensuelles et mensuelles, caractérisées par des matériaux et des optiques de pointe, ainsi que des lentilles rigides perméables au gaz de qualité supérieure pour l'orthokératologie et les conceptions sclérales. CooperVision a toujours su relever les défis les plus difficiles en matière de vision, tels que l'astigmatisme, la presbytie, la myopie infantile et les cornées très irrégulières, et propose la gamme la plus complète de lentilles sphériques, toriques et multifocales sur le marché. Grâce à la combinaison de produits innovants et d'un soutien ciblé aux professionnels, l'entreprise apporte une perspective rafraîchissante sur le marché, créant ainsi de réels avantages pour les clients et pour les porteurs. Pour en savoir plus, visitez <https://coopervision.ca/fr>

À propos de Sun Pharma Canada Inc.

Sun Pharmaceutical Industries Limited accroît sa présence au Canada, en alliant la puissance d'un réseau mondial à la recherche et aux soins locaux, afin de répondre aux besoins non satisfaits des patients et des prestataires de soins de santé canadiens. Sun Pharma Canada Inc. est une filiale à part entière de Sun Pharmaceutical Industries Limited qui se concentre sur la fourniture de médicaments novateurs en dermatologie et en ophtalmologie, pour améliorer l'accès et le soutien aux patients. Les patients et les prestataires de soins de santé sont au cœur de toutes nos actions chez Sun Pharma. L'engagement de Sun Pharma à écouter, agir et prendre soin permet à l'équipe de répondre à des besoins distincts et de fournir des soins personnalisés, tout en comblant les lacunes importantes en matière de traitement et de qualité de vie. Sun Pharma Canada offre une vaste gamme de médicaments abordables à la population canadienne. Sun Pharma, Canada propose des produits spécialisés comme ILUMYA, CEQUA, Winlevi et Absorica LD qui sont remboursés par les régimes publics et privés au Canada*. L'équipe actuelle est répartie à travers tout le pays, le siège social étant situé à Mississauga, au Canada.

Pour en savoir plus, visitez <https://sunpharma.com/canada-branded-products/>

*Certaines conditions s'appliquent en fonction du médicament.