Investigadores alertam para malefícios da iluminação no ambiente e saúde

22 de Dezembro, 2016

Um grupo de investigação internacional, que integra um docente do Politécnico do Porto, alertou hoje para malefícios da iluminação intensiva no ambiente e saúde, referindo o aumento de probabilidade de desenvolvimento de diabetes, obesidade e cancro (mama e próstata), segundo a agência Lusa.

“A iluminação artificial, com muito relevo o LED branco, é potencialmente prejudicial para a saúde humana devido à componente azul muito pronunciada no seu espetro. O excesso de iluminação que existe é também perturbador dos ecossistemas, da fauna da flora. À escala global, a situação atual, revela-se extremamente preocupante”, afirmou o investigador Raul Lima, da Escola Superior de Saúde do Politécnico do Porto.

Raul Lima, responsável pelas medições do brilho do céu que foram utilizadas para a classificação da Reserva de céu escuro Starlight Tourism Destination Dark Sky Alqueva – é um dos dois membros nacionais da Comissão de Gestão da Rede Europeia de Investigação COST ES1204 LoNNe (Loss of the Night Network), rede que terminou, recentemente, a sua atividade (2012-2016) com um conjunto de recomendações que visam consciencializar a sociedade civil dos benefícios de uma iluminação cuidada, com a temperatura de cor correta, e não excessiva.

Estas recomendações resumem-se a quatro ideias-chave: “evitar, tanto quanto possível, luz branca com comprimentos de onda abaixo dos 500 nanómetros; direcionar a luz para onde ela é efetivamente necessária; iluminação das ruas de forma tão uniforme quanto possível e com a intensidade mais baixa possível e adaptação da iluminação exterior a cada momento da noite”.

Segundo os investigadores, são cada vez em maior número os estudos que revelam que os efeitos na saúde vão para além daquilo que se poderia supor há alguns anos. Se as perturbações em várias espécies de fauna são conhecidas há algum tempo, no ser humano a suspeita de efeitos graves tem sido posta em evidência por vários estudos, que têm revelado uma associação entre a exposição noturna à luz com comprimentos de onda curta (azul) e um aumento de probabilidade de desenvolvimento de diabetes, obesidade e mesmo alguns tipos de cancro (mama e próstata).

“Estudos epidemiológicos e em animais revelam que a luz branca é cancerígena. Está provado em animais, não está ainda em seres humanos, mas os estudos que estão a ser feitos apontam numa mesma direção. Por caminhos diferentes, chega-se à conclusão de que há um maior número de casos de cancro em situações em que há exposição à luz branca”, sustentou o cientista.

A rápida penetração dos LED na iluminação pública e particular, bem como o uso de ‘tablets’, ‘smartphones’, computadores ou televisões LED, veio acompanhada por uma crescente preocupação por parte da comunidade científica nesta área pois “a maior parte dos LED utilizados possuem um espetro

especialmente rico em azul”.

Ao longo deste trabalho de quatro anos concluiu-se que “mesmo pequenas quantidades de luz artificial na altura errada podem afetar o nosso relógio interno, a libertação de hormonas e mesmo interferir com ecossistemas inteiros”, sublinhou Raul Lima.

Segundo o investigador, “as imagens de satélite comprovam que Portugal, em particular o litoral, é dos países que mais iluminação pública usa e desperdiça, com sérias consequências para o ambiente e para a saúde. É possível baixar em muito os níveis de intensidade atualmente utilizados e manter condições de visibilidade ótimas. Há que rever todos esses parâmetros, porque estamos a iluminar demais sem necessidade”.

“Há muita iluminação na faixa costeira portuguesa, mais do que outras regiões europeias, como por exemplo, Madrid ou Barcelona. Deve-se não só ao excesso de candeeiros, mas também à deficiente construção deles, porque muitos emitem luz não para baixo, como seria aconselhável, mas sim para baixo, para os lados e para cima. A luz para os lados e para cima não é necessária, é apenas poluição luminosa e desperdício de energia. Em Berlim e noutras cidades europeias ainda é possível ver a via láctea, coisa que, por exemplo, no Porto deixou de ser possível desde 1983/84. O Porto não tem a escala de Berlim e, no entanto, tem muito mais luz”, sublinhou.

Contudo, Raul Lima disse à Lusa que, no caso do Porto, a autarquia está sensibilizada para o problema e está já a realizar um trabalho de correção do problema, adequando a intensidade da iluminação ao que é recomendado.