**Poluição luminosa pode aumentar casos de partos prematuros**

*Cientistas associam períodos de menor visibilidade das estrelas com aumento de quase 13% nas chances de nascimentos precoces*

28/01/2021

*Mariana Nakajuni, da Agência Einstein*

Se antes a natureza tomava conta de iluminar a noite, hoje, quem desempenha esse papel são as luzes dos postes, dos anúncios e das fachadas de prédios, principalmente nos grandes centros urbanos. O excesso de iluminação artificial presente em nosso cotidiano gera aquilo que chamamos de poluição luminosa.

A comunidade científica já vem estudando os efeitos dessa poluição nos hábitos dos animais e dos seres humanos. Recentemente, um estudo conduzido por cientistas das Universidades de Lehigh, de Colorado e da Faculdade Lafayette, nos Estados Unidos, demonstrou seus impactos sobre a saúde de recém-nascidos. A pesquisa, publicada no periódico [*Southern Economic Journal*](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/soej.12477), mostra que o aumento na iluminação noturna leva também ao aumento em casos de gestações mais curtas, partos prematuros e bebês com baixo peso ao nascer (inferior a 2500 gramas).

Para chegar a essas conclusões, os autores mediram diretamente o *skyglow* em oito cidades do estado de Nova Jersey, nos Estados Unidos. Esse importante fator da poluição luminosa nada mais é do que o brilho no céu noturno das grandes cidades, formado por conta de luzes artificiais direcionadas para o alto.

O *skyglow* gera um efeito alaranjado e esbranquiçado no céu que nos impede de ver as estrelas. A pesquisa demonstrou que quando havia um aumento no brilho noturno, em que só era possível observar entre um terço e um quarto das estrelas visíveis a olho nu em condições ideais, a probabilidade do aumento de partos prematuros crescia em 12,9%.

Uma das razões apontadas pelo estudo é o desequilíbrio do ritmo circadiano, o nosso “relógio biológico”. O excesso de luzes artificiais durante a noite desestimula a produção de melatonina, o hormônio que regula o sono. “A gestação demanda que a mãe durma o suficiente para o desenvolvimento do feto e ter a energia exigida no trabalho de parto”, afirmam os cientistas em seu estudo. “Em particular, a privação de sono durante a gravidez já foi identificada como um fator de risco para nascimentos prematuros”.

Ainda que a pessoa controle sua exposição a luzes dentro de casa, como a redução no uso de televisão e dispositivos eletrônicos, a iluminação noturna vinda de fora, que gera o *skyglow*, também possui impactos sobre ritmo circadiano, resultando em noites de sono com menor duração e maior sonolência durante o dia.

Os pesquisadores reconhecem que o uso de luzes artificiais à noite são fundamentais no mundo moderno, já que elas melhoram a visibilidade, reduzem acidentes e ampliam a segurança nas ruas. No entanto, ponderam que a sua instalação não leva em consideração os efeitos nos nossos ciclos naturais. Muzhe Yang, professor de economia na Universidade Lehigh e um dos autores do estudo, afirma que “embora o aumento no uso de luzes artificiais à noite seja geralmente associado à prosperidade econômica, nossa pesquisa ressalta os efeitos positivos da escuridão em nossa saúde, e que são negligenciados”.

Este é o primeiro estudo que mede diretamente o *skyglow* para identificar a influência da poluição luminosa na saúde dos fetos. Para isso, foi utilizada a Lei de Walker, uma fórmula que estima o brilho noturno. Os autores também buscaram dados no Departamento de Saúde de Nova Jersey, no [*500 Cities Project*](https://www.cdc.gov/places/) e no aplicativo [*Loss of the Night*](http://www.myskyatnight.com/#map).

As descobertas sugerem que sejam feitas discussões sobre as políticas relacionadas à iluminação pública e a necessidade de minimizar o *skyglow*, a fim de evitar consequências negativas ao sono e à saúde dos recém-nascidos. “Essa é uma importante consideração, principalmente com o aumento na popularidade de luzes de LED para iluminação pública, que, embora economizem mais energia e tenham custos operacionais mais baixos, podem agravar a poluição luminosa por conta da emissão de luz azul”, dizem os cientistas.

*(Fonte: Agência Einstein)*