

Beste de savoir

Vous avez tort d'utiliser un mode sombre
[~Signet]

7 décembre 2020

Table des matières

Je sais, le titre est un peu provocateur.

Mais c'est pourtant exactement [ce qu'explique l'article «The Dark Side of Dark Mode» de mai 2019 qui compile quelques études à ce sujet](#) [↗](#) (en anglais).

En résumé, divers phénomènes physiques et biologiques font qu'il est beaucoup plus confortable et efficace de lire du texte sombre sur fond clair que l'inverse.

Qui trouve que *«le fond clair fait mal aux yeux»* a sans doute **un simple problème de réglage de la luminosité de son écran**¹ et/ou d'**un environnement trop sombre** (ce qui est toujours le cas si vous utilisez votre écran dans une pièce plongée dans le noir).

Comme le dit l'article, les modes sombres ont un intérêt dans des situations précises, la plus courante étant sans doute *lire à côté de quelqu'un qui dort* (et donc sans allumer la lumière pour corriger la luminosité ambiante).

L'argument souvent entendu de l'économie d'énergie ne fonctionne que pour les écrans OLED et surtout que pour les pixels *complètement* éteints (donc ne fonctionne pas pour l'immense majorité des thèmes sombres, qui sont sombres sans être totalement noirs).

Ah, et ceci ne concerne que la lecture. Regarder des vidéo profitera d'un écran HDR très lumineux (leur défaut est souvent qu'ils ne sont *pas assez* lumineux) dans une pièce très sombre. Mais là on ne parle pas de thème, puisque la vidéo prends tout l'affichage 🍊

Icône CC BY-SA 3.0 d'après [cette photo](#) [↗](#) sous même licence de Mystère Martin.

1. Les luminosités par défaut sont beaucoup trop élevées, à la fois pour des questions de prestance en magasin – un écran plus lumineux attire plus l'œil et paraît de meilleure qualité –, d'augmentation artificielle du contraste, et d'utilisabilité en milieu très lumineux.