

RECOMMANDATION : RÉDUCTION DE L'IMPACT ENVIRONNEMENTAL GÉNÉRÉ PAR L'IA GÉNÉRATIVE

Dernière mise à jour : 15 août 2026

SOMMAIRE

Préambule	2
Réduction de l'impact environnemental de l'IA à travers nos pratiques	3
Réduction de l'impact environnemental de l'IA à travers nos appareils	5
Pour aller plus loin	6

PRÉAMBULE

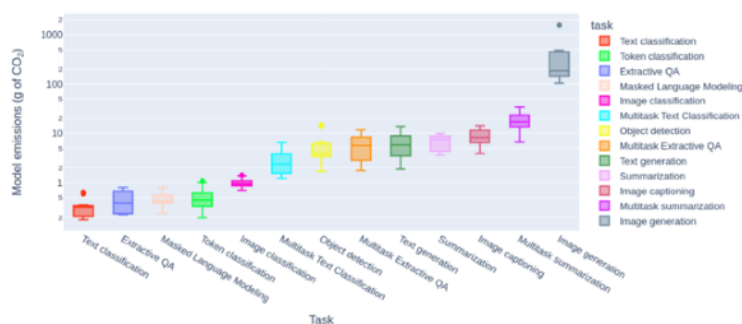
L'utilisation de l'intelligence artificielle (IA) est devenue courante dans l'ensemble du secteur de la communication. Aujourd'hui, les entreprises demandent de plus en plus de faire appel à cet outil. Cependant, l'IA pollue. Cette recommandation a pour but de revoir et de questionner nos usages pour limiter notre impact environnemental lié à l'IA.

Pour traiter ce sujet et établir de bonnes pratiques, il faut comprendre l'impact environnemental qu'engendre l'utilisation de l'IA générative. À l'heure actuelle, peu d'études existent sur le sujet (bien qu'il y en ai de plus en plus). Une étude menée par le CESE nommée « Impacts de l'intelligence artificielle : risques et opportunités pour l'environnement », nous permet d'apporter des éléments de compréhension.

(Source) Voici les éléments à retenir :

- À chaque question posée, l'IA générative telle que ChatGPT consomme 10 fois plus d'énergie qu'une recherche sur Google.
- Aujourd'hui, d'après l'Agence internationale de l'énergie (AIE), l'IA consommerait 0,03 % de la consommation électrique mondiale.
- Du point de vue de la consommation d'eau, l'IA pourrait consommer entre 4,2 et 6,6 milliards de mètres cubes d'eau. Cela représente une consommation légèrement supérieure à celle du Danemark.

Voici l'impact carbone que représente chaque type de requête :



Peu importe le secteur, nous faisons tous de plus en plus appel à l'IA pour des tâches que nous faisons auparavant à l'aide de notre cerveau ou d'une simple recherche Google. Mais alors, comment pouvons-nous réduire l'empreinte carbone qu'elle engendre ? Comment nos pratiques peuvent-elles évoluer sans pour autant amoindrir l'impact et l'efficacité de nos campagnes ? Le but de ce document est de partager des bonnes pratiques pour répondre à ces questions.

Premièrement pour que ces changements fassent la différence sur le long terme, il est judicieux de procéder à un audit chaque année afin de connaître et comprendre ses pratiques. Les connaître, c'est savoir où s'améliorer et comment faire évoluer l'impact de ses pratiques d'une année à l'autre. Pour ce faire, nous devons impérativement nous poser certaines questions : quels sont les outils que l'on utilise le plus ? Pour quelles raisons ces outils sont-ils majoritairement utilisés ? Quels sont les outils les moins utilisés ? Pourquoi sont-ils délaissés ? Chaque utilisation est-elle pertinente ? Si oui, pourquoi ? Si non, pourquoi ? En moyenne, combien de requêtes sont nécessaires pour obtenir le résultat souhaité ?

Pour nous guider vers une utilisation de l'IA à moindre impact environnemental, voici une liste non-exhaustive de bonnes pratiques. Elle a pour but dans ses deux premières parties d'introduire, des actions simples, durables et faciles à mettre en place. Dans un deuxième temps, de présenter une démarche d'amélioration constante, et pour finir d'introduire des pratiques plus longues et plus complexes à mettre en place.

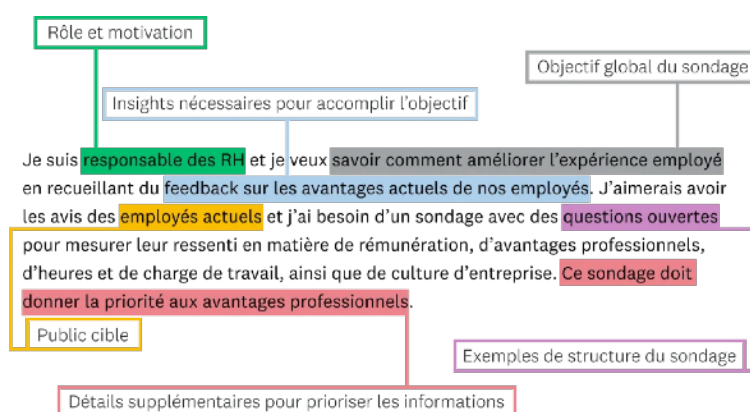
RÉDUCTION DE L'IMPACT ENVIRONNEMENTAL DE L'IA À TRAVERS NOS PRATIQUES

Une des solutions les plus faciles à mettre en place est la précision des prompts. La formulation d'une requête détaillée et complète permet de réduire drastiquement la phase de question/réponse. Les autres avantages non-négligeables sont : des réponses plus pertinentes et plus rapides. Elle a pour bénéfice conjoint la fluidité des interactions s'avérant, de fait, moins frustrantes.

Mais alors, comment réaliser un bon prompt ? Voici les éléments qui le constituent :

- Fournir un contexte ;
- Indiquer le rendu souhaité ;
- Donner son rôle ;
- Formuler le prompt de façon neutre ;
- Prioriser les informations ;
- Être spécifique et précis ;
- Aller droit au but et sans détour ;
- Éviter les termes très complexes, très techniques, ultra-spécifiques ;
- Éviter les termes ambigus, les formulations vagues et les termes contradictoires.

Voici à quoi cela peut ressembler :



Certaines pratiques sont encore plus simples. Le seul problème est que peu d'entre nous y pensent. L'une d'entre elles consiste à simplement supprimer les conversations inutilisées. Ces conversations alourdissent les serveurs et augmentent leur empreinte carbone. Si chaque personne se responsabilise et prend l'habitude de le faire régulièrement, l'impact environnemental lié à l'IA générative diminue.

Parfois, certaines tâches (bien qu'elles demandent de faire appel à l'IA) sont réalisées sur des logiciels qui sont partiellement adaptés, et bien plus énergivores que ceux prévus à cet effet. Dans ce cas-ci, deux options :

- La première consiste à se demander quel logiciel est le plus optimal pour telle ou telle tâche.
- La deuxième consiste à créer un document indiquant le logiciel le plus adapté pour une tâche donnée. L'avantage est de permettre de gagner en rapidité et de garantir une certaine uniformité dans la réalisation des tâches.

Une autre solution simple est de revenir aux « bonnes vieilles méthodes ». La plupart du temps, les recherches Google sont tout aussi efficaces. Avant de faire appel à l'IA, il est nécessaire de se questionner sur la pertinence de son utilisation pour une requête. Par exemple, pour la correction d'un texte, de nombreux sites gratuits existent et produisent le même résultat, tels que Scribens, QuillBot, MerciApp. Cette liste est non-exhaustive. L'important est de trouver celui qui vous correspond le mieux.

Aujourd'hui, il n'est pas rare que l'IA soit utilisé pour montrer l'intention d'une campagne avant sa réalisation. Pour ce point, nous pouvons simplement (re)commencer à réaliser des maquettes (sur Illustrator ou Photoshop, par exemple) ou des esquisses (sur papier ou logiciel adapté). L'idée est d'utiliser le moins possible l'IA générative pour ce type de tâche sauf en cas de manque considérable de temps. Ce simple changement de pratique réduit nos sollicitations de l'IA et de fait, drastiquement son impact.

En résumé :

- Formuler des **prompts les plus précis** possibles.
- **Supprimer les conversations inutilisées** afin d'alléger les serveurs.
- **Utiliser des logiciels adaptés et moins énergivores.**
- Revenir aux méthodes de recherches « pré-IA », en **effectuant des recherches via Google plutôt que via l'IA** lorsque le résultat est similaire.
- **Réaliser l'intention des visuels via la création de maquettes** ou **d'esquisses** lorsqu'il est possible de ne pas faire appel à l'IA.

RÉDUCTION DE L'IMPACT ENVIRONNEMENTAL DE L'IA À TRAVERS NOS APPAREILS

La réduction de l'impact environnemental causée par l'IA passe dans un premier temps par les ordinateurs/machines qui la font fonctionner. Elles sont utilisatrices d'énormément d'énergie. L'utilisation de machines puissantes pour réduire au maximum la durée de calcul est une solution très efficace. Plus celle utilisée est performante moins elle peinera et prendra du temps à fournir un résultat.

Dans le cas où cela ne serait pas possible, l'idéal est d'étalonner les calculs sur des périodes plus longues. Afin d'handicaper le moins possible les équipes, effectuer ces actions le week-end ou la nuit est une option idéale.

En matière d'impact environnemental, il est capital de comprendre que plus un modèle d'IA est récent et performant, plus son impact est élevé. Parfois, certaines tâches ne nécessitent pas d'être réalisées par un modèle d'IA récent. Prenons l'exemple de la création d'un planning, la première ou seconde version de ChatGPT suffit amplement. Un simple changement de version permet de diminuer la consommation énergétique tout en répondant parfaitement au besoin.

En résumé :

- Opter pour des **machines plus puissantes** lorsque cela est possible. Étalonner les calculs sur des **périodes plus longues** lorsque cela n'est pas possible.
- **Utiliser des versions antérieures** lorsque cela est possible pour obtenir un résultat similaire.

POUR ALLER PLUS LOIN

Certaines solutions existent pour aller plus loin. En revanche, elles ne sont pas toutes applicables facilement et rapidement. Le but, dans un premier temps, est d'adopter de nouvelles pratiques faciles à mettre en place. Une fois ces nouvelles pratiques adoptées par tous, il est judicieux d'approfondir cette démarche.

La première solution qui va au-delà de celles présentées précédemment, est la formation ou la participation à des conférences sur le sujet. Voici un exemple d'organisme de formations : [Formateur Marketing](#). Se tenir toujours plus informé sur le sujet permet, en plus d'avoir accès à des solutions toujours plus actuelles et récentes, de gagner en crédibilité face à ses clients.

Enfin, bien que chacun puisse se responsabiliser et adopter de nouveaux réflexes, il est parfois difficile d'être sûr de son choix. Avoir une personne de référence sur le sujet représente, alors, un réel atout. La personne désignée pourra être consultée, conseiller et vérifier les propositions d'IA à faible impact avant qu'elles soient présentées à ses clients/responsables. Ce point appuie l'intérêt d'assister à des formations et/ou à des conférences sur le sujet. En plus d'être un réel atout, elle est la garantie de la véracité des informations et des propositions transmises.

En résumé :

- Aller plus loin permet de **gagner en légitimité devant nos clients**. Ces solutions peuvent être appliquées dans un second temps.
- **Accroître nos connaissances sur le sujet** par le biais de formation ou de conférence permet d'**adopter des solutions toujours plus actuelles et récentes**.
- **Avoir une personne de référence** sur le sujet.