

La surexposition aux écrans est un véritable fléau !

Article rédigé par *L'ADN*, le 20 août 2018

Source [L'ADN] Alerte les bébés ! Nous découvrons les nouvelles pathologies liées au virtuel, et elles sont plus qu'inquiétantes... ITW choc du médecin Anne-Lise Ducanda.

Anne-Lise Ducanda est médecin en PMI. Depuis 5 ans, elle reçoit **de plus en plus d'enfants en très grande difficulté**. En cause : **la surexposition aux écrans**. Un enjeu qu'elle espère voir devenir une **priorité de santé publique**.

En mars dernier, vous avez posté une vidéo sur YouTube pour alerter les parents sur les dangers de la surexposition aux écrans. Comment ce problème vous est-il apparu ?

ANNE-LISE DUCANDA : Je suis médecin en PMI, je vois donc tous les jours en consultation de très jeunes enfants de classes de maternelle. J'ai constaté, depuis cinq ans environ, que les enseignants me signalent de plus en plus d'enfants en très grande difficulté. En interrogeant les parents de manière très précise, j'ai constaté que **dans 95 % des cas, nous étions confrontés à un problème de surexposition aux écrans**. Il n'existe pas encore de définition scientifique de ce phénomène, mais notre pratique nous permet de dire qu'**il s'agit d'enfants exposés entre 4 à 5 heures par jour à des écrans nomades (tablettes, smartphones...) ou fixes, et souvent à une télévision allumée en permanence en arrière-plan dans la même pièce que l'enfant**.

Comment expliquez-vous le caractère si massif et si récent de ce phénomène ?

A.-L. D. : **On a vu arriver de manière très rapide toute une série de produits et d'environnements numériques dédiés aux tout-petits**. Avec les smartphones et les tablettes, se sont développées des applis proposant des jeux, des comptines, la télévision aussi a changé : son écran immense capte encore mieux l'attention, et diffuse des programmes et même des chaînes entièrement dédiées aux tout-petits 24 h/24.

Au rayon jouets, on trouve maintenant des tablettes pour les enfants à partir de 9 mois (VTECH baby). Toutes ces technologies ont littéralement inondé les familles sans que soit émis de messages de mise en garde. Les parents se sont fait piéger. **Au départ, tout cela leur a semblé magique** : ils y ont vu des outils qui calment les enfants, les occupent, sans jamais provoquer de lassitude. Ils ont réellement cru que ces outils étaient bénéfiques, qu'ils avaient une vraie dimension pédagogique.

Vous décrivez la surexposition aux écrans comme une épidémie silencieuse. Quels symptômes constatez-vous ?

A.-L. D. : Chez les moins de 6 ans, ils sont multiples. Il y a d'abord **des troubles du comportement**. Certains enfants sont très inhibés, sans expression. Ils peuvent, par exemple, rester le crayon à la main sans rien faire, ne pouvant prendre aucune initiative. D'autres enfants sont très agités, et ne savent pas se calmer seul. **Ils sont intolérants à toute forme de frustration**, or l'école est une somme de frustrations : il faut rester en place, ne pas se disputer, ne pas parler quand la maîtresse parle... Des enfants sont déscolarisés à 3 ans, juste parce qu'ils sont totalement incapables de supporter ce régime de contraintes.

Sur un écran, ils ont appris à faire glisser les images, à effleurer l'écran mais pas à tenir avec leur main, ni à serrer leurs doigts. Ils n'ont parfois pas de force dans les doigts et certains ne peuvent pas tenir leur crayon à 4 ans. Globalement, ce sont des enfants qui ne bougent pas assez, ils ne grimpent pas, ne sautent pas, ne courent pas, et peuvent avoir de gros retards moteur dans l'acquisition de la marche.

En plus des troubles de comportements, vous constatez aussi beaucoup de dysfonctionnements dans l'acquisition du langage...

A.-L. D. : Effectivement, **on voit des enfants de 4 ans qui ne babillent pas**, ils n'ont donc pas atteint le niveau de langage d'un enfant de 9 mois. D'autres parlent, mais de manière inadaptée. Si je leur montre l'image d'un enfant habillé en bleu avec à côté de lui des chaussures bleues, et que je leur demande : « À qui sont les chaussures ? », l'enfant répond « Bleu »... Certains sont écholaliques, ils répètent tout ce que vous dites. À la question « À qui sont les chaussures ? », eux répondront : « À qui sont les chaussures ? »

Beaucoup n'ont pas acquis le tour de parole, ils parlent tout le temps, en même temps que l'autre. Comme ils n'attendent pas que l'on ait fini de poser une question pour y répondre, évidemment leur réponse tombe totalement à côté. J'ai aussi des enfants qui ont appris à compter sur de petites applis, parfois même en anglais, mais si on leur demande de donner deux crayons, ils ne vont pas comprendre, car ils n'ont pas compris que deux pouvait correspondre à deux choses. L'enfant répète des mots mais en fait ne comprend rien. Les parents pensent qu'ils parlent, mais c'est un langage totalement inadapté. Or, si les enfants ne développent pas toutes les fonctions du langage, ils ne peuvent pas apprendre à écrire : le langage est un préalable indispensable à la lecture. Tout cela est quand même très grave.

Vous vous inquiétez également du manque d'interactions humaines dans les premières années de certains tout jeunes enfants ?

A.-L. D. : **Les écrans sont arrivés dans la vie des enfants** mais aussi dans celle des couples, et le fait que les parents soient beaucoup sur leurs écrans ne propose pas le même environnement à l'enfant. Les parents sont moins disponibles quand ils regardent une série ou leurs réseaux sociaux, et cela diminue les moments d'interactions entre parents-enfants qui sont primordiaux pour le tout-petit de 0 à 3 ans... Avant 6 mois, ils ont entre 6 et 7 heures d'éveil, s'ils passent 5 heures sur des écrans, cela joue énormément. Peu à peu, l'enfant ne va plus solliciter son parent pour lui montrer ce qu'il fait, et va rester sur une activité qui ne le développe pas et peut l'enfermer dans sa bulle.

Retrouvez l'intégralité de l'article sur :

<http://www.ladn.eu/nouveaux-usages/signaux-faibles/alertez-les-bebes-la-surexposition-aux-ecrans-est-un-veri>