

Enfants : les dangers de l'addiction aux écrans

Inattention, difficulté d'apprentissage, troubles du comportement... Des médecins et des enseignants tirent la sonnette d'alarme.

Le Figaro · 14 févr. 2019 · CAROLINE BEYER @BeyerCaroline ET AGNÈS LECLAIR @AgnesLeclair

Difficultés d'apprentissage, troubles du comportement... Les professionnels de l'enfance tirent la sonnette d'alarme.



DES tout-petits ingérables à la crèche, des élèves de maternelle qui ne répondent pas à leur prénom ou sont incapables de tenir leur stylo, des écoliers qui peinent à se concentrer, des élèves amorphes en cours... La faute aux écrans ? Depuis plusieurs années déjà, des pédiatres, des pédopsychiatres, des professionnels de la petite enfance et certains enseignants tirent la sonnette d'alarme. Alors que les foyers comptent désormais près de 6 écrans, l'inquiétude sur la surexposition des plus jeunes aux tablettes, smartphones, ordinateurs ou à la traditionnelle télévision ne cesse de croître.

Alertée par des responsables de crèche sur le « nombre croissant d'enfants hermétiques à leur environnement, d'enfants qui ne parlent pas, d'enfants aux comportements agressifs ou anormalement passifs », Caroline Fel, adjointe au maire d'Angers en charge de la famille et de l'enfance, a pris le taureau par les cornes. En 2018, la ville a lancé plusieurs campagnes d'affichage et édité des livrets de prévention pour rappeler aux parents qu'entre zéro et 3 ans, la règle était « zéro écrans ». L'élue (Agir, la droite constructive) invoque un principe de précaution et un besoin évident d'éducation chez la première génération de parents confrontée à la multiplication des outils numériques. « Les professionnels de terrain rapportent que des tout-petits arrivent dans la poussette avec le téléphone portable de leur maman. Certains ne s'intègrent pas au groupe, ne saisissent pas des cubes, ne tournent pas les pages d'un livre, mais

les effleurent comme un écran tactile. Même si les études manquent pour établir un lien de cause à effet avec les écrans, leur usage intensif empêche ces enfants de découvrir le monde. Devons-nous prendre le risque d'avoir une génération d'enfants dont les chances sont réduites ? D'autant que les familles les plus défavorisées socialement sont les plus exposées aux écrans», plaide-t-elle, avant de rappeler que le nouveau carnet de santé recommande lui aussi d'éviter les écrans avant 3 ans.

« Problèmes de raisonnement »

Du côté de l'école, la responsabilité des écrans dans les difficultés des élèves est loin de faire l'unanimité. Mais certains professeurs n'hésitent pas à les mettre directement en cause. Comme cette enseignante de CE1 d'une école publique de Maisons-Alfort, qui s'inquiète de voir « un bon tiers de ses élèves suivis par un psy ou un orthophoniste » contre « un ou deux par classe » il y a une petite dizaine d'années. Un phénomène qu'elle attribue au « gavage d'écrans » et à « un visionnage de la télévision jusqu'à des heures très tardives ». « En classe, l'attention des élèves est tellement réduite que j'ai dû adapter ma pédagogie. Je dois proposer plus de manipulations et travailler par petites séquences. Ces problèmes de concentration se conjuguent avec des problèmes de raisonnement. Il est devenu difficile de leur faire faire des additions avec retenue. Beaucoup attendent la correction sans même essayer de faire les exercices », se désespère-t-elle.

Problème de sommeil, effet sur le poids, effet zapping... Au-delà de ces effets pointés par l'Académie des sciences dans un avis de 2013, il n'existe pas d'études scientifiques faisant le lien entre surexposition aux écrans et développement des troubles cognitifs ou neuro-développementaux.

Les écrans, coupables trop faciles ? La polémique fait rage. En 2017, elle s'est envolée après la médiatisation de l'alerte controversée d'un médecin de PMI, Anne-Lise Ducanda, sur la montée en puissance de troubles chez les tout-petits surexposés aux écrans. La comparaison de ces troubles avec ceux de l'autisme a contribué à brouiller le débat. En janvier, son Collectif surexposition écrans (CoSE) est revenu à la charge avec une tribune publiée dans Le Monde sur l'explosion des troubles des apprentissages à l'école. Depuis 2010, les troubles du langage et de la parole ont progressé de 94 %, et les troubles intellectuels et cognitifs de 24 %, pointe la tribune, qui se base sur les chiffres de l'Éducation nationale. « Affirmer que ces chiffres sont le seul fait de l'amélioration du dépistage ou de l'inclusion des enfants souffrant de handicap, n'est plus tenable », dénonce le collectif.

Les écrans, responsables de ces troubles, parmi lesquels on compte les « dys » (dyslexie, dysphasie, dyspraxie) ? Pour le neuroscientifique Franck Ramus, « jusqu'à preuve du contraire, à savoir de vraies données épidémiologiques, il n'y a pas plus de raison de croire à une épidémie d'autisme qu'à une épidémie de ces troubles. Il ne s'agit pas de dire que passer six heures par jour à regarder la télé ou à faire des jeux vidéo est sans conséquences. Cela empiète sur des interactions, des activités et des apprentissages plus utiles », explique-t-il, évoquant l'effet « temps volé » sur les acquisitions. « Mais cela ne veut pas dire que l'écran est nocif en lui-

même. Il faut aussi rappeler que les prédispositions des enfants et les facteurs familiaux jouent un rôle dans l'exposition aux écrans.» Début 2019, l'enquête Elfe effectuée sur une cohorte de plus de 10 000 enfants soulignait que plus le niveau d'études des parents était faible, plus les enfants étaient exposés aux écrans.

« Crise de la parentalité »

Proche de Jean-Michel Blanquer, président du conseil scientifique de l'Éducation nationale, le neuroscientifique Stanislas Dehaene prend les mêmes pincettes. «La malnutrition est plus risquée pour le cerveau que les écrans », résumait-il en septembre dans une interview à L'Express. « Il ne faut pas se tromper de diagnostic. Accuser directement les écrans est un raccourci trop facile. Nous sommes plus face à une crise de la parentalité qu'à un problème sanitaire spécifique aux écrans », estime Thomas Rohmer, président de l'Observatoire de la parentalité et de l'éducation numérique. En novembre, alors que le Sénat adoptait à la quasi-unanimité une proposition de loi visant à mieux encadrer l'usage des écrans pour les enfants de moins de 3 ans, le gouvernement indiquait qu'il préférerait attendre des études scientifiques avant de se prononcer.