

Un temps d'écran peut créer des troubles du langage

Un généraliste à Rennes, le Dr Manon Collet a mené une étude épidémiologique sur les jeunes enfants et les écrans. Ses conclusions sont sans appel.

« J'étais interne en médecine, j'ai voulu connaître le nombre de jeunes enfants avec un écran dans leur chambre », raconte le Dr Manon Collet, jeune médecin généraliste à Rennes. « Des études ont déjà été menées sur l'influence des écrans sur les jeunes enfants. Ils pouvaient être vecteurs de troubles cognitifs, d'obésité ou de retard de langage. Je me suis alors demandé si les écrans pouvaient avoir des effets sur les troubles du langage. » Elle décide en 2015, d'en faire son sujet de thèse.

Elle a étudié 276 enfants de 3,5 à 5 ans domiciliés dans 24 communes de l'Ille-et-Vilaine. 167 étaient suivis par des orthophonistes et des pédiatres et 109 servent de groupe témoin. J'ai interrogé chaque parent de remplit un questionnaire précis sur le temps passé par leurs enfants aux écrans. À la première exposition, la fréquence et le comportement des adultes ont été étudiés.

Elle a posé certaines questions avec des réponses. « Aidée d'une collègue du centre d'investigation clinique du CHU de Pontivy, j'ai étudié ces données. » Elle conclut : « On ne peut pas parler de lien de causalité à effet direct mais ça donne de sérieuses orientations. » Elle a obtenu le prix et qui fait, ce mardi,



L'usage trop intensif des écrans peut entraîner des troubles du langage chez les jeunes enfants.

PHOTO : STEHEAP - STOCK.ADOBE.COM

l'objet d'une publication dans *Acta Paediatrica*, une revue de référence américaine. Un article aussi publié sur le site de Santé publique France.

5 % ont une télévision dans leur chambre

« J'en ai tiré trois conclusions principales. La première est qu'un enfant exposé à un écran le matin avant d'aller à l'école a trois fois plus de risques de développer des troubles

primaires du langage. La seconde est qu'un enfant qui ne discute pas du contenu de ce qu'il regarde a deux fois plus de risques. Enfin, un enfant qui remplirait ces deux critères augmente ses risques par six. » À savoir aussi que 95 % des enfants ont accès à un écran, 50 % à une tablette et 33 % à une console ou à un smartphone. 16 % possèdent déjà une tablette et 5 % ont une télévision dans leur chambre.

Ses recommandations de médecin ? « Je dirais qu'il faut appliquer la règle des quatre pas établis par la psychologue Sabine Duflo. Pas d'écran le matin, pendant les repas, avant d'aller se coucher et pas d'écran dans leur chambre. »

Elle insiste aussi sur un point : « Ne pas laisser les enfants seuls sur les écrans. Il faut discuter avec eux de ce qu'ils regardent. »

Samuel NOHRA.