

# « À force de regarder la télévision, son cerveau a arrêté d'être stimulé »

écrit par Abdel l'insoumis | 22 février 2024



(Photo Christopher Furlong/Getty Images)



(Photo Christopher Furlong/Getty Images)

## **Dépendance aux écrans : à 3 ans et demi, il « n'arrive pas à prononcer des phrases claires »**

« À force de regarder la télévision, son cerveau a arrêté d'être stimulé ». À l'hôpital Jean-Verdier (AP-HP) de Bondy (Seine-Saint-Denis), une pédiatre reçoit des parents désespérés pour les aider à faire décrocher leurs jeunes enfants des écrans.

Tous les lundis matins, la Dr Sylvie Dieu Osika tient la seule consultation hospitalière dédiée à cette addiction pour les moins de 4 ans.

À 3 ans et demi, Cheickna Ousmane « n'arrive pas à prononcer

des phrases claires », explique son père, Ousmane, qui travaille dans la logistique. En cause : une dépendance aux écrans, installée dès son plus jeune âge. À partir de neuf mois, le petit garçon pouvait « passer ses journées entières devant la télévision », regrette aujourd'hui son père.

« On était en plein Covid, on ne sortait pas, donc on mettait la télé. D'abord des programmes pour nous, puis pour lui. Quand on éteignait, il faisait des crises. C'est comme ça qu'on a su que quelque chose n'allait pas », abonde sa mère, Sissoko.

### **« On a acheté des jeux » en remplacement de la TV**

En août dernier, lors d'un passage aux urgences pour une otite, les crises du petit garçon font suspecter un problème de fond, sans doute lié aux écrans. Depuis plusieurs mois, le développement de son langage s'était aussi mis à l'arrêt. « Son oncle, qui est médecin, nous a fait très peur en évoquant des symptômes proches de l'autisme », rapporte le père.

Alors en septembre, les parents ont pris une décision radicale : la télévision de l'appartement a été remise à la cave. « À la place, on a acheté des jeux », raconte la mère. « On ne veut pas reproduire les mêmes erreurs avec sa petite sœur, qui vient d'avoir deux ans ».

Depuis, le bambin semble avoir fait des progrès : il regarde de nouveau dans les yeux et s'est ouvert aux autres, se félicite ses parents.

### **« Vous devez absolument bannir les écrans et être disponibles pour lui »**

Une décision applaudie par la Dr Dieu Osika, qui les encourage à poursuivre leurs efforts : « En sa présence, vous devez absolument bannir les écrans et être disponibles pour lui ». « Sur les plateformes, les chaînes pour enfants, on nous fait

croire qu'ils sont stimulés en apprenant l'alphabet, des comptines ou même une langue étrangère, mais c'est tout le contraire qui se passe : leur cerveau s'arrête de travailler, il devient totalement passif », développe la médecin.

La pédiatre a ouvert sa consultation en 2019, après avoir réalisé que les écrans, au même titre que le sommeil ou l'alimentation, avaient un impact sur le développement de l'enfant.

Quand ils la rencontrent, au terme de plusieurs mois d'attente, les parents doivent remplir un questionnaire permettant d'évaluer la surexposition de leur enfant. Après un examen clinique, la pédiatre prodigue aux parents ses conseils pour le « sevrage ». Elle reverra la famille lors d'un rendez-vous de suivi.

À deux ans et demi, Liam, un autre petit patient, est un peu « dans sa bulle », fait « beaucoup de crises » et ne parle pas encore. « Suite à une alerte de la crèche, nous avons arrêté de lui donner un téléphone ou une tablette », raconte sa maman, Ahlan. Mais il regarde encore la télévision le matin, allumée par son grand frère de 6 ans. « Toute la famille va devoir participer pour arriver à décrocher et cela peut passer par quelques mois compliqués », prévient la pédiatre.

### **« C'est un problème de santé publique »**

Si, au départ, la consultation s'adressait aux enfants de moins de 11 ans, elle a progressivement été restreinte, face à une explosion de la demande, aux moins de 6 ans puis aux moins de 4 ans. « C'est aujourd'hui un problème de santé publique », alerte Sylvie Dieu Osika, en espérant que la mission du groupe d'experts, chargé d'ici avril par l'Élysée d'évaluer l'impact des écrans sur les jeunes, débouchera cette fois sur des mesures concrètes.

« En mars dernier, une proposition de loi pour prévenir la surexposition des jeunes a été adoptée par l'Assemblée mais

doit encore être examinée au Sénat. On a déjà perdu beaucoup de temps », soupire la pédiatre. « Si on s'attaque au problème suffisamment tôt, il est possible d'y remédier », rassure-t-elle toutefois.

[https://www.epochtimes.fr/dependance-aux-ecrans-a-3-ans-et-dem-i-il-narrive-pas-a-prononcer-des-phrases-claires-2548117.html?utm\\_source=fr\\_dujournoe&src\\_src=fr\\_dujournoe&utm\\_campaign=fr\\_dujour-2024-02-22&src\\_cmp=fr\\_dujour-2024-02-22&utm\\_medium=email&est=Xq7tBMWxVbYQ%2FwUcoZdSGLBxHY9XQ%2FmP8Uje0IsAJ2kbaz358Kst68UM8uSoxM2jsbUPTYM%3D](https://www.epochtimes.fr/dependance-aux-ecrans-a-3-ans-et-dem-i-il-narrive-pas-a-prononcer-des-phrases-claires-2548117.html?utm_source=fr_dujournoe&src_src=fr_dujournoe&utm_campaign=fr_dujour-2024-02-22&src_cmp=fr_dujour-2024-02-22&utm_medium=email&est=Xq7tBMWxVbYQ%2FwUcoZdSGLBxHY9XQ%2FmP8Uje0IsAJ2kbaz358Kst68UM8uSoxM2jsbUPTYM%3D)