



ASSEMBLÉE NATIONALE

15ème législature

Risques sur la santé liés aux usages excessifs des écrans

Question écrite n° 13392

Texte de la question

M. Denis Sommer attire l'attention de Mme la ministre des solidarités et de la santé sur les risques liés à un usage excessif des écrans sur la santé, la vie sociale et l'équilibre psychologique, notamment chez les plus jeunes. En effet, une trop grande sédentarité entraîne de nombreuses pathologies, au premier rang desquelles les maladies cardio-vasculaires. Or le temps passé par les Français sur les écrans ne cesse de croître. La dernière étude de l'ANSES sur les consommations et les habitudes alimentaires de la population française montre que les adultes passaient en moyenne 5 heures par jour devant les écrans en 2014-2015, soit environ 80 minutes de plus qu'en 2006-2007. En outre, il convient d'être particulièrement vigilant concernant l'utilisation des écrans par les adolescents puisqu'une enquête de l'Observatoire de la santé visuelle et auditive révélait en 2015 que ces derniers passaient en moyenne 4 heures et 24 minutes par jour devant les écrans en semaine, et 6 heures par jour en moyenne le week-end. Cela peut avoir des conséquences sur le développement des liens sociaux. Par ailleurs, la situation actuelle a conduit l'Institut d'éducation médicale et de prévention à mettre en place une campagne nationale d'information sur le bon usage des écrans ayant pour objectif d'informer, afin de favoriser une « culture de l'usage raisonnable des écrans » et une « pédagogie de l'auto-régulation ». Aussi il l'interroge sur les dispositions qui pourraient être mises en œuvre pour permettre aux Français de limiter l'usage excessif des écrans.

Texte de la réponse

Actuellement, il n'existe que des données partielles sur l'usage des écrans par la population ou encore ses conséquences sur la santé en cas d'usage excessif. Le constat des conséquences néfastes des écrans sur la santé des jeunes est souvent le fait d'observations empiriques de l'entourage ou des professionnels de santé. Devant la nécessité de renforcer les connaissances sur l'usage et l'impact des écrans, le Haut conseil de santé publique a été saisi par le ministère de la santé le 1er août 2018 afin qu'il puisse proposer des recommandations permettant notamment d'élaborer une campagne nationale de prévention sur le sujet et de diffuser de l'information basée sur des preuves. Cette saisine porte sur les 0-18 ans avec une attention particulière pour les 0-6 ans. Par ailleurs, le plan national de santé publique « Priorité prévention » prévoit de créer des repères d'usages d'écrans destinés aux proches de jeunes enfants et une campagne d'information sur les repères et bonnes pratiques en matière de temps passé devant les écrans. Pour les enfants de moins de trois ans, le ministère des solidarités et de la santé a inclus en 2018 des recommandations dans le nouveau carnet de santé de l'enfant, en appelant l'attention des parents pour éviter de mettre leur enfant dans une pièce où la télévision est allumée, et même s'il ne la regarde pas. De plus, la stratégie nationale de soutien à la parentalité 2018-2022 « Dessine-moi un parent », présentée par le Gouvernement à l'été 2018 prévoit de sensibiliser les parents et de former les professionnels aux risques de surexposition des jeunes enfants aux écrans interactifs. Cette question de l'usage des écrans au quotidien fait partie des difficultés qui amènent de nombreux parents à demander de l'information et de l'accompagnement auprès des associations de soutien à la parentalité. Le réseau des écoles des parents et des éducateurs propose également des animations collectives sous forme de groupes d'échanges entre parents, des ateliers de sensibilisation aux technologies numériques ou des conférences-

débats qui facilitent la prise de conscience et la parole des parents sur les pratiques numériques de leurs enfants. Enfin, la feuille de route santé mentale et psychiatre prévoit le renforcement des compétences psychosociales (cognitives, sociales et émotionnelles), en particulier chez les jeunes, compétences qui sont impactées par l'usage excessif des écrans.

Données clés

Auteur : [M. Denis Sommer](#)

Circonscription : Doubs (3^e circonscription) - La République en Marche

Type de question : Question écrite

Numéro de la question : 13392

Rubrique : Santé

Ministère interrogé : [Solidarités et santé](#)

Ministère attributaire : [Solidarités et santé](#)

Date(s) clé(s)

Date de signalement : Question signalée au Gouvernement le 17 décembre 2018

Question publiée au JO le : [16 octobre 2018](#), page 9236

Réponse publiée au JO le : [15 janvier 2019](#), page 430