

Wie viel Zeit sollen Kinder am Bildschirm verbringen? Und welche Folgen hat das für die Entwicklung des Gehirns? Die Neurologin Servane Mouton hat Antworten. Und sieht Handlungsbedarf...

Aufgezeichnet von
PAULINE CURTET



Hören Sie das Interview mit Servane Mouton hier:
ecoute.de/ecoute-audio

Les écrans dans le viseur

● «**JE SUIS NEUROLOGUE** de formation, pour les adultes. Mais pour différentes raisons, je me suis intéressée aux effets de l'usage des écrans sur le développement du cerveau. J'ai d'abord exploré les nombreuses publications scientifiques à ce sujet, les premières remontant aux années 1990 avec la diffusion de la télévision dans les foyers. J'ai ensuite pris conscience d'autres conséquences: sédentarité, troubles visuels, troubles du sommeil, destruction de l'environnement. C'est pour cela que, dans mon essai, je parle de «désastre sanitaire». Le sujet est tentaculaire, il nécessite de travailler avec des collègues d'horizons très variés, pas seulement issus de la médecine. C'est particulièrement important pour les enfants, les adolescents, mais aussi pour les adultes car les habitudes prises dès le plus jeune âge ont des conséquences plus tard. Aujourd'hui, je trouve que les médias parlent de plus en plus de ce sujet car tout le monde est concerné, d'une manière ou d'une autre.

Les écrans ont pris une telle ampleur qu'ils perturbent le quotidien de toutes les familles. Pourtant, au niveau politique, la réaction en France reste frileuse. Dans le rapport de notre commission, nous préconisons 29 mesures qui forment un tout et soulignent la nécessité de profondes remises en question et de changements systémiques. Seules quelques-unes ont été appliquées, celles qui finalement ne gênaient pas trop. Malheureusement, les actions politiques ne sont pas encore à la hauteur des enjeux.» ●

INTERDIRE LES ÉCRANS ?

70% des Français se prononcent pour l'interdiction de l'exposition aux écrans des enfants de moins de 6 ans. Et depuis l'été dernier, un arrêté interdit l'exposition aux écrans des enfants de moins de 3 ans dans les lieux de garde. Mais aucune loi n'interdit l'exposition des tout-petits aux écrans dans leur maison, qui serait difficile à contrôler.

l'écran (m)

• Bildschirm

le cerveau

• Gehirn

le foyer

• Haushalt

la sédentarité

• Bewegungsmangel

le sommeil

• Schlaf

tentaculaire

• weitverzweigt

l'ampleur (f)

• Ausmaß

perturber qc

• sich störend auf etw auswirken

frileux,se

• hier: zögerlich

l'arrêté (m)

• Verordnung

le lieu de garde

• hier: Krippe, Kita