

« L'exposition précoce aux écrans est un nouveau trouble neuro-développemental »

ENTRETIEN - Le pédopsychiatre Daniel Marcelli constate, avec tous les professionnels de la petite enfance, l'apparition de comportements inquiétants avec une fréquence croissante

Les écrans peuvent-ils nuire au développement des très jeunes enfants et provoquer divers troubles, en particulier des « symptômes d'allure autistique » ? La polémique enfle et divise les professionnels de la petite enfance. Le Collectif surexpositions écrans (COSE) et l'une de ses fondatrices, Anne-Lise Ducanda, médecin de protection materno-infantile, qui alertent l'opinion publique sur les effets graves d'une surexposition massive et précoce aux écrans, sont sous le feu des critiques.

Dans une tribune (*Le Monde* du 14 février), un collectif de médecins, psychologues... estime « qu'aucune étude ne peut établir une relation de causalité entre consommation d'écrans et autisme », et qu'il est peu probable que l'addiction aux écrans concerne les moins de 4 ans.

Président de la Société française de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent et disciplines associées (Sfpeada), professeur émérite de pédopsychiatrie, Daniel Marcelli s'est engagé aux côtés du Collectif Surexpositions écrans.

Que pensez-vous des tableaux cliniques spectaculaires décrits par certains médecins ?

Depuis un petit nombre d'années, tous les professionnels de la petite enfance, médecins pédiatres ou pédopsychiatres, mais aussi psychologues, enseignants de maternelle, personnel de crèche... constatent l'apparition de comportements inquiétants avec une fréquence croissante.

Les signes sont nombreux : retard de communication et de langage devenant patent vers 18-30 mois, prosodie particulière, centrage d'intérêt de plus en plus exclusif sur les écrans, difficulté de contact avec les autres enfants, conduites d'allure agressive, agitation et instabilité d'attention, manque d'intérêt pour les jeux habituels... Ces troubles ont été très bien résumés dans une vidéo postée sur YouTube en 2017 par les docteurs Terrasse et Ducanda.

Voilà vingt ans que les effets délétères de la surexposition des enfants et adolescents à la télévision ont été démontrés. Pourquoi cette nouvelle polémique chez les tout-petits ?

Chez les moins de 3-4 ans, c'est un phénomène nouveau, datant d'une dizaine d'années. L'exposition s'est rapidement et massivement amplifiée du fait de la multiplication des écrans (console de jeux, smartphone, tablette, télévision, etc.) qui sont proposés comme jeux mais aussi prêtés par les parents ou la fratrie. Ils sont présents à tout moment dans la vie quotidienne : dans les magasins, les salles d'attente, les transports et même lors du repas ou de l'endormissement. Pour certains, l'écran devient un « compagnon de vie ».

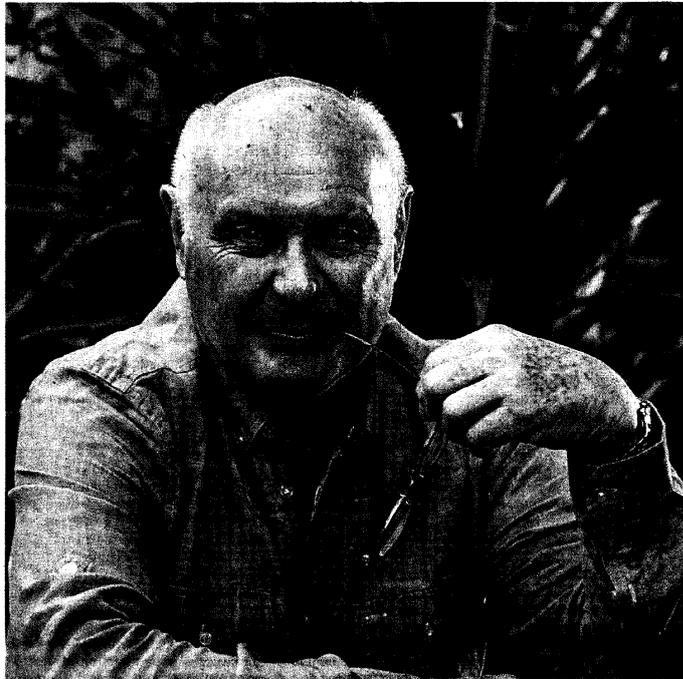
Ces observations concernent toutes les couches de la population, mais le risque est sans doute plus important dans les familles vulnérables où un écran est offert aux enfants très jeunes avec l'espoir de stimuler son développement, faciliter les apprentissages...

En quoi ce « compagnon de vie » peut-il affecter le développement ?

Une évidence doit être rappelée : tous les écrans exercent une puissante attractivité qui entraîne une captation/fascination du regard chez le tout-petit. Devant la tablette, son corps est immobile, ses yeux grand ouverts et son visage souvent inexpressif, voire figé ! Ce pouvoir hypnotique s'explique par le fait que, dès la naissance, l'œil est attiré par le mouvement. Or, les vidéos programmées pour les enfants offrent un mouvement permanent.

Entre 6 et 18 mois, cette captation s'effectue au détriment de l'exploration manuelle, sensorielle, sensorielle, buccale si importante à cet âge pour mieux appréhender les objets du monde. Par la suite, la même surexposition ampute le besoin vital d'interaction avec les proches, rompant l'échange parent-enfant et sa remarquable synchronie relationnelle bien décrite par les scientifiques.

Cette période, dite de référence sociale, est essentielle à l'enfant pour comprendre « le sens du monde » dans un climat d'interaction partagée. L'écran vient perturber ce besoin, celui du petit enfant comme celui du parent affairé à une autre tâche ou capté lui-même par son smartphone, satisfait de voir l'enfant tranquille ! Cette privation interactive doit être différenciée de la carence affective ou de soin qui ne donne pas exactement les mêmes symptômes et n'entrave pas le développement de la même façon.



Daniel Marcelli, en 2016. BENJAMIN CHÉLLEY

Pour un enfant de 3 ans, regarder une histoire avec son parent sur un livre ou une tablette, n'est-ce pas la même chose ?

Avec l'album, l'adulte commente, montre du doigt, soutient l'attention de l'enfant. Si ce dernier regarde ailleurs, le parent récupère son attention en lui montrant un nouveau détail puis poursuit l'histoire. Que s'est-il passé ? Pendant quinze à vingt secondes, l'enfant s'est détourné de l'image mais pour mieux penser/réfléchir : il investit une activité de penser autonome. Cette capacité de se détourner du percept pour investir la pensée est un facteur essentiel du développement de l'attention, une activité cognitive indépendante des stimulations perceptives.

Inversement, l'histoire en vidéo capte la fonction visuelle, intrigue le tout-petit et entrave sa capacité à se détourner du percept pour penser/réfléchir. D'où le paradoxe toujours constaté des petits enfants étrangement immobiles devant des écrans et constamment agités dès qu'ils en sont privés. Peut-être cherchent-ils dans un monde moins agité des stimuli capables d'accrocher une attention devenue défaillante...

Vous évoquez l'hypothèse d'une nouvelle pathologie ?

Un faisceau d'arguments cliniques plaide en faveur de la description d'un trouble neuro-développemental nouveau : l'exposition précoce et excessive aux écrans (EPEE), lié à un perturbateur environnemental (l'écran sous toutes ses formes) qui interfère dans les besoins développementaux du tout-petit.

Ce syndrome associe un retard de communication qui devient évident à partir de 2-3 ans, un intérêt devenant exclusif, une agitation et des troubles du comportement, une instabilité d'attention, etc. Il est susceptible de provoquer des confusions de diagnostic en particulier avec les troubles du spectre autistique (TSA) dont il doit être distingué. Contrairement aux enfants autistes, les enfants atteints d'EPEE ne détournent pas les yeux, du moins les plus jeunes, et surtout, la suppression totale des écrans s'accompagne rapidement d'une amélioration comportementale.

Dans sa vidéo, M^{me} Ducanda parle de « symptômes d'allure autistique ». D'autres sont allés jusqu'à évoquer un « autisme virtuel ». Ce sont des expressions malheureuses et inadaptées. Elles ont à juste titre provoqué la colère de parents d'autiste. Comme tous les enfants, les autistes se calment volontiers devant les écrans. Ils semblent même mieux apprendre par ce média que par la relation humaine.

Leurs parents ont donc tendance à leur en offrir ! On comprend la vivacité de leur réaction, ces parents se sentant encore une fois « accusés » par écrans interposés. Mais ce n'est pas parce que les enfants autistes se calment, voire progressent grâce aux écrans que ceux-ci seraient bénéfiques pour tous les enfants.

Aujourd'hui, l'évaluation minutieuse du temps global passé par le tout-petit devant tous ces écrans devrait être systématique lorsque les symptômes sus-cités sont présents.

Comment étayer ce syndrome ?

Il est urgent d'engager des recherches. S'agissant d'un problème nouveau, différent de la consommation d'écrans chez les grands enfants ou les adolescents, il est pour le moins paradoxal de reprocher aux cliniciens de ne pas s'appuyer sur le résultat de travaux inexistant à ce jour. Au contraire, les scientifiques et chercheurs devraient répondre aux sollicitations des cliniciens.

Deux types de recherche devraient être menés : d'une part, des études épidémiologiques sur un échantillon représentatif de la population concernée afin de mieux préciser les temps d'exposition aux écrans chez les très jeunes enfants ; de l'autre des recherches-actions. Ces dernières pourraient comparer l'évolution développementale de petits enfants exposés aux écrans suivis pendant quelques mois (à 3, 6 et 9 mois) à celle de bambins du même âge, appariés pour les autres variables (sociale et économique en particulier), dont les parents ont accepté d'arrêter les écrans. Ce type de recherche apporterait rapidement des données précises et rendrait plus objectif le débat actuel.

Quels conseils donner aux parents ?

La suppression totale des écrans est illusoire, même chez les tout-petits ! Parce que les recommandations négatives ne fonctionnent jamais ; parce que la liberté individuelle doit être préservée ; parce que les écrans nous ont envahis ; parce qu'ils peuvent aussi être des facteurs de développement, etc. Avant 3-4 ans, les divers écrans devraient toujours être utilisés en présence de l'adulte et pendant un temps limité (entre cinq et quinze minutes selon l'âge), au terme duquel l'écran devrait être coupé, et l'adulte « reprendre la main » pour réintroduire une interaction vivante et ludique. Et ce temps de « pose écran » devrait durer trois à quatre fois plus longtemps que le temps d'exposition. ■

PROPOS RECUEILLIS PAR
SANDRINE CABUT ET PASCALE SANTI