



Quand écran rime avec troubles du langage chez l'enfant

Regarder un écran (télévision, ordinateur, tablette, jeux vidéo, smartphone, etc.) est un comportement le plus souvent sédentaire qui a un impact sur la santé des individus, et en particulier des enfants. En plus des conséquences liées au temps passé assis, c'est une source de fatigue cognitive qui complexifie les tâches d'apprentissage pendant la journée.

Une étude récente* a évalué **chez les enfants** âgés de 3 à 6 ans le lien entre l'**exposition aux écrans le matin avant d'aller à l'école** et le **développement de troubles primaires du langage** (allant du simple retard de langage aux troubles spécifiques plus sévères du développement du langage).

L'étude montre que ces enfants ont **trois fois plus de risques de présenter des troubles du langage**. Le risque est multiplié **par six** dans le cas où l'enfant discute rarement, ou jamais, du contenu des écrans avec ses parents.

L'étude montre ainsi qu'en plus de la précocité de l'exposition aux écrans et de la durée, le moment de la journée où l'enfant est exposé a un impact sur sa santé, tout comme le fait de ne pas discuter du contenu des écrans avec ses parents.

L'Onaps rappelle qu'il est recommandé d'éviter l'exposition aux écrans pour les moins de 2 ans, et de la limiter à 1h par jour pour les enfants de moins de 6 ans, notamment le matin avant d'aller à l'école et le soir avant d'aller se coucher.

Les professionnels de santé et de la petite enfance ont un rôle majeur à jouer dans la prévention en informant les parents sur les risques encourus. Un échange entre parents et enfants apparait par ailleurs nécessaire au sujet du contenu des écrans.

** Collet M. et al., L'exposition aux écrans chez les jeunes enfants est-elle à l'origine de l'apparition de troubles primaires du langage ? Une étude cas-témoins en Ille-et-Vilaine, 2019*