



Pendant le confinement, 60% des bébés romands regardaient régulièrement des écrans

par [Sophie Gaitzsch](#)



Un bébé avec un smartphone. (KEYSTONE/Gaetan Bally)

Cet article est extrait de notre newsletter quotidienne [«Sortir de la crise»](#).

Combien de très jeunes enfants utilisent régulièrement des écrans? Et avec quels effets? A la Haute école de travail social et de la santé de Lausanne, la professeure de psychologie Nevena Dimitrova a réalisé en avril et mai de cette année une enquête en Suisse romande auprès des parents de 400 enfants âgés de 1 an à 2 ans et demi pour répondre à ces questions. Particularité de la démarche, elle porte sur l'utilisation des écrans en général, mais aussi sur la manière dont elle a changé durant le confinement.

«Il n'existait jusqu'ici que très peu de données sur les habitudes des enfants de cette catégorie d'âge au niveau national, et aucune portant spécifiquement sur la Suisse romande», souligne Nevena Dimitrova. Et si les pédiatres recommandent de ne pas exposer les enfants de moins de trois ans aux écrans, les résultats de l'étude montrent que la réalité des familles est bien éloignée de cette injonction.

«En Suisse romande, 38% des enfants de 12 à 30 mois regardent régulièrement la télévision ou d'autres écrans, pour visionner un dessin animé, faire un jeu ou communiquer avec leurs grands-parents. Nous constatons par ailleurs que la consommation augmente fortement au cours de la deuxième année de vie: entre 12 et 17 mois, la proportion d'enfants exposés aux écrans est de 17%. Elle passe à 37% entre 18 et 23 mois, et atteint 51% entre 24 et 30 mois.»

Sans surprise, le confinement a entraîné une forte hausse de l'usage des écrans. Il est ainsi passé de 38% à 60% pour l'ensemble des trois groupes d'âges. Si l'on prend en compte uniquement les 24 à 30 mois, la proportion atteint même 81%. Autre conclusion du rapport, la part de jeunes enfants consommant des contenus non adaptés à leur âge est passée de 22% en temps normal à 35% durant le confinement.

Les psychologues ont également examiné le lien entre ces pratiques et les compétences en vocabulaire des bébés. Résultat: ils n'ont pas observé de différence entre les jeunes enfants usagers des écrans et les autres. «Contre toute attente, nous avons même constaté que dans le groupe des 12-17 mois elles étaient meilleures chez les premiers. Pourtant, pour les enfants plus grands, la littérature montre clairement une influence négative sur le langage.»

Comment expliquer ce résultat? Nevena Dimitrova évoque la piste du «co-visionnage». «Les très jeunes enfants regardent des écrans dans plus de 90% des cas en compagnie d'un parent ou de la fratrie. Or beaucoup de parents sont actifs, pointent ce qui se trouve sur l'écran, verbalisent, expliquent. Ceux qui bénéficient de ce type de 'stratégies' affichent ainsi un meilleur vocabulaire. Nous observons des résultats similaires dans les moments de lecture partagée.»

De là à dire qu'avoir recours aux smartphone, télévisions et tablettes avec les bébés est une bonne chose, il n'y a qu'un pas que Nevena Dimitrova ne franchit pas. Les effets nocifs des écrans sur la santé physique des enfants, tels que problèmes de vue ou surcharge pondérale, restent une réalité. «Le message, c'est: si vraiment vous devez mettre votre enfant devant un écran, faites-le en dernier recours et avec un accompagnement de qualité!»

Psychologie **Éducation**
