# Témoignage de la maman d’Amine décembre 2021

**Première consultation médicale d’Amine alors âgé de 2 ans en février 2021**

J’ai commencé à remarquer que mon fils vers 10 mois ne répondait pas à son prénom et qu’il n’avait pas de contact visuel. A l’âge de 6 mois, il regardait mon portable jusqu’à l’âge de 9 mois environ. Je suis tombée enceinte quand il avait 1 an et j’ai accouché en novembre 2020 d’un petit garçon. J’ai continué à mettre des berceuses à Amine sur mon téléphone de nouveau à l’âge d’1 an et jusqu’à ses 2 ans. La télévision était aussi toujours allumée. Le retard a été flagrant, j’ai pensé à l’autisme puisque les signes qu’il présentait y ressemblaient beaucoup. J’ai contacté les professionnels qui m’ont parlé des effets des écrans. J’ai coupé brusquement tous les écrans à la maison et au bout de 5 jours mon enfant a commencé à parler pour la première fois et surtout à nous regarder. C’était un miracle pour nous. Un médecin de PMI m’a parlé du docteur dieu osika spécialisé dans les écrans. J’ai pris contact avec elle et elle m’a tout expliqué sur les effets des écrans. Après j’ai stimulé mon enfant avec beaucoup de sorties, des activités manuelles et familiales. Après j’ai décidé de couper les écrans plus longtemps ; au bout d’un mois, mon enfant s’exprimait beaucoup mieux. Bien sûr avec la crèche et la famille, il a été stimulé aussi … Amine aura 3 ans dans moins d’un mois je lui donne 5 minutes de dessin animé assisté avec moi et hier j’ai décidé d’arrêter tout. J’ai pris conscience que la drogue commence toujours par une seule prise …

**Voici mon témoignage et si j’ai un conseil a donné au maman une vie saine pour l’enfant est une vie avec des relations sociales et sans écran.**

**Commentaire médical :**

Amine a été vu en consultation pédiatrique devant les inquiétudes de sa maman et des médecins de PMI en février 2021. Amine a alors 2 ans, il ne parle pas et son comportement ressemble à celui d'un enfant autiste. Il présentait aussi des épisodes de « contractions » des bras et des jambes lors de certaines émotions. Les tests sont en faveur d'un autisme (score de QCHAT à 45 par exemple (normale inférieure à 30). Il regarde les écrans au moins 6 heures par jour environ depuis l'âge de 6 mois (portable puis télévision notamment You Tube). Tous les examens médicaux sont normaux. Au fur et à mesure des mois, à partir du sevrage des écrans associé aux sorties et aux activités, Amine s'est amélioré dans son comportement et dans sa compréhension. En décembre 2021, l'examen d'Amine est normal, les épisodes de « contractions musculaires » ont disparu et le score de QCHAT est celui d'un enfant normal (score à 5, inférieur à 30).

La maman d'Amine explique comme il est difficile d'arrêter les écrans mais cela est indispensable pour voir des progrès rapides. Le sevrage doit être brutal et complet pour être efficace. La télévision doit être éteinte et les écrans ne doivent pas être utilisé en présence de l'enfant.